موسوعة المليون معلومه

www.multka.net

نبدأ..

هل تعلم أن النحل يتصل ببعضه البعض عن طريق الروائح والرقص. فعندما تكتشف النحلة رحيقاً أو لقاحاً في بستانٍ ما، تعود إلى الخلية وتبدأ بالرقص وهي تدور وتدور ضمن دوائر ضيقة .

هل تعلم أن عدد النحل في الخلية الواحدة تكون مؤلفة من : ملكة واحدة، وآلاف النحلات الأخريات العاملات، فالملكة تضع كل البيوض، فهي قد تضع ١٥٠٠ بيضة كل يوم وحوالي 250,000 بيضة كل فصل. والبيوض المخصبة تنمو لتصبح نحلات عاملات، أما البيوض غير المخصبة فتتطور إلى ذكور (زنابير .)

هل تعلم أن الفضة معدن ثمين أبيض لماع يتميز بمطيلية كبيرة وقابلية للسحب والطرق، إضافة إلى مقاومته للتأكسد والصدأ وشدة قابليته للتوصيل وخصائصه المقاومة للاحتكاك .يستخدم مزيج الفضة والنحاس في صناعة القطع النقدية المعدنية والميداليات والحلي والمصوغات. وتستعمل مركبات الفضة في صنع المرايا البصرية وفي التصوير الفوتوجرافي .

هل تعلم أن الألماس هو كربون شبه نقي متبلر (متبلور) متجرد عموماً من اللون. وهو أصلب المعادن الطبيعية، ويستعمل في الصياغة والصناعة . والماس الرديء أو ماسة القطع هو ماس مقوس الجوانب يستخدم في قطع الماس الثمين وصقله. أما الماس الأسود أو الفحماس فيستعمل في حفر

الصخور الصلبة .

هل تعلم أنه في ارتقائنا جبلاً ما يقع في المنطقة المعتدلة، نصل أولاً إلى قطاع تغطية الغابات النفضية، يليه حزام تغطيه غابة مختلطة من الأشجار العريضة الأوراق والأشجار الصنوبرية. بعد ذلك نجد غابة صنوبرية حقيقية تمتد حتى النطاق الشجري قبل الوصول إلى منطقة الجليد الدائم. حيث تمتد منطقة من الجنبات ثم المروج وأخيراً حزام من الأشنة والخلنج يدعى التندرة الألبية .

هل تعلم أن سمك التونة الذي يسعى وراءه الصيادون لطراوة لحمه ولذة طعمه يعيش على عمقٍ كبير جداً. في فصل الربيع تتجمع أسماك التونة في قطعان للتوالد وتصعد إلى السطح حيث يقع الكثير منها في شباك الصيادين. يستعمل الصيادون مجموعة من الشباك تمر عبرها الأسماك حتى تصل إلى آخر شبكة، وهي معروفة باسم غرفة المدن حيث يتم أخيراً رفعها .

هل تعلم أن الكريستال أو البلور هو جسم صلب يتميز بشكل هندسي تحده المسطحات، وهو يتألف من جسيمات تتجمع على نحو منتظم وفقاً لشكل معين يتكرر هو عينه وفي الاتجاه نفسه في كل أجزاء البلور. استعمالاته تتراوح بين ملح الطعام أو اليودا والكبريت وأثمن الأحجار الكريمة مثل الماس والزمرد والزبرجد والياقوت والبلور الجندلي وغيرها .

هل تعلم أن الرصاص هو معدن ثقيل جداً ذو لون رمادي ضارب إلى

الزرقة. وهو معدن طري جداً لدرجة يمكنك جرحه بالظفر. ونظراً إلى مقاومة الرصاص للتآكل يستعمل هذا المعدن في شكل صفائح للتكسية وفي صنع الأنابيب، كما يستخدم في الوقاية من الأشعة السينية وأشعة جاما .

هل تعلم أن البلاتين هو معدن ثمين ذو لون أبيض رمادي يتميز بطروقيته وتماسكه. يستعمل البلاتين النقي في صناعة لوازم ومعدات تستخدم في المختبر وفي الصناعة الكيميائية.

هل تعلم أن الزرافة هي أطول حيوان في العالم. فقد يصل ارتفاع الذكر الكبير إلى حوالي خمسة أمتار ونصف، وكونها قادرة على أن ترعى عالياً من رؤوس الأشجار فهذه فائدة عظيمة لها، فلن تكون هناك أي منافسة لها. إلا أن هناك سلبية واحدة لطول الزرافة الزائد، ذلك أنها عندما تريد أن تشرب عليها أن تتمدد، وهي تستطيع ذلك جيداً عن طريق فرشخة ساقيها الأماميتين والجلوس على بطنها حتى ترتوي جيداً من الماء .

هل تعلم أن خرطوم الفيل هو اتحاد لأنفه وشفته العليا. وهو بالتالي يستعمل لأغراض عدة .فهو يستعمله لنقل الغذاء والماء إلى فمه وكذلك لرش جسمه بالمياه. ويمكن أن يستعمل الخرطوم بلطف شديد فيستطيع أن يلتقط جسماً صغيراً كحبة البازيلاء. وهو أيضاً مستكشف قوي للرائحة .

هل تعلم أن الموطن الأصلي لطير الكيوي في نيوزيلاندا، وأن عطر العنبر موجود في كبد الحوت، وأن موطن الضب أساساً في الصحارى وأن

موطن سمك الحفش الغني بالكافيار في بحر قزوين والبحر الأسود .

هل تعلم أن السمك الكهربائي الأقوى هو الأنقليس، والذي يتواجد على سواحل أميركا الجنوبية. عضوه الكهربائي موجود في ذيله. وهو يستطيع أن ينتج صدمة كهربائية بقوة 550 فولتاً. وهذا ما يؤدي إلى صعق وقتل الأسماك القريبة المجاورة .

هل تعلم أن المرجان (واليس) هو جنس حيوانات بحرية ثوابت من طائفة المرجانيات يفرز هيكلاً كلسياً متشعباً أحمر، وقليلاً ما يكون ورديا أو أبيض. والهيكل الكلسي داخلي لكنه ذو فجوات تسمح للأجزاء الحية بالاختباء فيه في حالة الخطر. ويشبه هذا المرجان النباتات في نشوئه ونموه، فبيضة واحدة تعطي عدة بوالب مرتبة على أغصان كأزهار على شجيرة. ويشكل الهيكل المرجاني مادة أولية لصناعة الحلي .

هل تعلم أن الأحجار الكريمة هي أحجار صلبة شفافة نادرة الوجود، تستعمل بعد قطعها وصقلها في صناعة المجوهرات. تنتمي الأحجار الكريمة الشفافة والأحجار نصف الكريمة الشفافة ونصف الشفافة وغير المنفذة إلى عدد من الأنواع: مجموعة الماس، مجموعة الكورندن أو الياقوت، مجموعة الاسبينل مجموعة الزبرجد، التوباز، التورمالين، البجادي أو العقيق، مجموعة الكوارتس

هل تعلم أن الاسفلت الطبيعي خليط مؤلف من مواد كلسية أو سلسية مشبعة بالقار. وهو مادة صلبة ذات لون بني ضارب إلى السواد تلين بين ٥٠° مئوية و١٠٠° مئوية. ويستخدم الاسفلت في مختلف أنحاء العالم لتعبيد الشوارع والطرقات .

هل تعلم أن التيتان هو معدن أبيض صلب جداً. نظراً إلى كثافته المنخفضة ومقاومته لعوامل التآكل يستعمل التيتان في مجالات صناعية مختلفة: قطع للمحركات التوربينية النفاثة، قطع للطائرات والصواريخ وغيرها، صفائح وأسلاك وقضبان معدنية .

هل تعلم أن الزئبق هو معدن أبيض لماع سائل عند درجة الحرارة الطبيعية. يستعمل الزئبق النقي في الأجهزة الكهربائية أو أجهزة القياس (ميزان الحرارة، البارومتر...) أو كبديل للشمع في السباكة. يحل الزئبق عدداً من المعادن، وخصوصاً الذهب والفضة فيعطي مُلجمات تستعمل في مجالات عدة.

هل تعلم أن الصمغ هو مادة لزجة متعادلة تفرزها بعض النباتات (وخصوصاً الأشجار) إما طبيعياً، وإما بتأثير حالة مرضية أو عامل خارجي (شق في الجذع، وجود طفيليات، جفاف الجو). يستعمل الصمغ في المستحضرات الصيدلية، وفي صناعة مواد التجهيز والغراء والبرنيق. ويستخدم الصمغ أيضاً في التصوير الفوتوجرافي، وفي صناعة الورق وتثبيت الألوان .

هل تعلم أن المطاط الكاوتشوك هو مادة طبيعية تستخرج من ضروب مختلفة من الأشجار، وتتألف بشكل رئيسي من هيدروكربون غير مشبع. كما ينتج المطاط أيضاً بالطرق الصناعية. للمطاط استعمالات متنوعة نذكر أهمها: إطارات السيارات (٧٥% من المطاط المستهلك)، الأحذية، النعال، المواد العازلة للكابلات وغير ذلك .

هل تعلم أن اليود هو عنصر كيميائي شبه معدني من مجموعة مولدات الملح. وهو جسم صلب ذو لون رمادي ضارب إلى السواد، يتميز ببريق معدني ورائحة مزعجة. وهو يتخذ شكل قشيرات متبلرة. وهو يتواجد بشكل ايودورات في مياه البحر والنباتات البحرية، وهو يستخرج عادة من رماد أشنة اللامينارية. ولليود استعمالات عدة في المجال الطبي، فهو يستعمل خارجياً كمطهر وداخلياً في معالجة الغدة الدرقية والأمراض الغددية وتصلب الشرايين والروماتيزم .

هل تعلم أن الحيوان الذي ينام ستة أشهر ويستيقظ ستة أشهر هو الفأر، فمعلوم أنه ينشط خلال فصل الصيف ليلاً نهاراً. وعند مجيء فصل الشتاء فإنه يأوي إلى مخبئه تحت الأرض حيث يرقد فيه حتى انقضاء فصل الشتاء.

هل تعلم أن أسرع الحيوانات على الأرض هو الفهد وأسرع المخلوقات هو الصقر حيث تبلغ سرعته أثناء انقضاضه على فريسته من الجو حوالي ٣٦٠ كلم في الساعة .

هل تعلم أن في العالم أكثر من ٢٠٠٠ نوع مختلف من الأفاعي، وأن منها من يصل طولها إلى 21 متراً وتسمى هذه الأفعى «الأناكندة» وهي تعيش في أميركا الجنوبية، وهناك حية هي الأقوى في العالم وهي أفعى «البوا المفترسة» مع أن طولها لا يتجاوز ٥ أمتار، وهي تعيش في أميركا الوسطى والجنوبية، وكذلك هناك أفعى الكوبرا الخطيرة والحية ذات الأجراس الماسية الظهر التي تعتبر أثقل الأفاعي السامة .

هل تعلم أن هناك أكثر من ٤٠ ألف جنس من الذباب منتشرة في جميع أنحاء العالم. منها الذباب المنزلي العادي المألوف، ومنها أيضاً الذباب الأسود المنتشر في الغابات الشمالية الذي يحتشد في الربيع بأعداد لا حصر لها، وتصل درجة عضته إلى أن تؤدي إلى قتل الإنسان. وللعلم فقط، فإن جناح الذبابة يتحرك في الثانية الواحدة أكثر من ٣٣٠ مرة .

هل تعلم أن من بين الحيوانات الثدية يعتقد أن الفيل يعيش أطول حياة قد تصل إلى ١٥٠ أو 200 سنة، والحصان يعيش أحياناً فوق الـ٥٠ عاماً. ومن بين الطيور فإن النسور تعيش أيضاً أكثر من ١٠٠ سنة. أما بطل الحياة الطويلة فهي السلحفاة، فهناك سلحفاة مشهورة جداً تدعى سلحفاة مويشيوس عاشت بكل تأكيد ١٥٢ سنة ومنهم من يعيش أكثر من ٢٠٠ سنة .

هل تعلم أن الكنغر يعتبر أحد أغرب وأقدم أجناس الحيوانات الموجودة على الأرض اليوم .وهو يتواجد بكثرة في استراليا، ويشتهر بجرابه الموجود على بطنه الذي يحمل فيه صغيره بعد الولادة. يقف الكنغر المكتمل النمو بطول حوالي مترين. ولديه أرجل أمامية قصيرة ذات مخالب صغيرة، ورجلان خلفيتان طويلتان جداً وهما اللتان تمكنان الكنغر من القفز لمسافات طويلة تصل أحياناً إلى ٦ أمتار .

هل تعلم أن الكلب يهز ذنبه عندما يكون سعيداً. وأن التمساح تنزل له دموع ولكن ليس عند الخوف أو الألم، إنما عندما يكون يأكل شيئاً أكبر من اتساع فتحة فمه، وأن القط يقوس ظهره عند الخوف .

هل تعلم أن هناك ثلاث مجموعات من الحيوانات البرمائية هي الضفادع البحرية والضفادع التي تعيش غالباً على اليابسة ولا ذيل لها. والسمندرية، والحيوانات الحجرية .

هناك أكثر من ١٠٤٠ جنساً من الحيوانات البرمائية، ورغم أنها تعيش على اليابسة فهي تعود إلى الماء لموسم المعاشرة، حيث تضع البيوض هناك .

هل تعلم أن الحلزون يستطيع أن يزحف على طول حافة سكين حاد بدون أن يؤذي نفسه في أقل شيء. في الحقيقة الحلزون هو مخلوق عجيب بطرق عدة. فهو لا يضيع، فلديه فطرة ترشده بالعودة إلى مخبئه مهما تجول بعيداً، ومع أن الحلزون قد يزن أقل من ١٥ غ، فهو يستطيع أن يجر خلفه وزناً قد يصل إلى أكثر من ٤٥٠ غ. والحلزون الذي يعيش في الصدفة له جسم يتلاءم مع لفة الصدفة، وله عضلات قوية تمكنه من جر جسمه بكامله داخل الصدفة عندما يحيق به الخطر. وكوقاية إضافية عندما يكون الجسم في الصدفة، هناك قرص قرني عند الطرف يغلق الفتحة بإحكام .

هل تعلم أن الحوت الأزرق هو الحيوان الأضخم في العالم، الذي يصل طوله إلى أكثر من ٣٠ متراً ويزن حوالي ١٢٥ طناً. وهو أكثر ما يتواجد في المحيط الباسيفيكي. وما يثير الغرابة أن هذا النوع من الحيتان يصنف في مجموعة الحيتان التي لا أسنان لها، فأفواهها مصنوعة من مئات الصفائح العظمية وهي تنمو إلى أسفل من سقف الفم وتشكل نوعاً من المنخل .

هل تعلم أن أكبر الحيوانات اللاحمة في المنطقة القطبية الشمالية هو الدب القطبي الذي ينتقل دون كلل يفتش عن فريسة. الذئب القطبي أيضاً صياد لا يعرف التعب تجعله شهيته النهمة جريئاً وجسوراً إلى أبعد حد

هل تعلم أن الفقمة وأسد البحر لا تزور الشاطىء إلا في موسم التزاوج، بفضل طبقة الدهن السميكة التي تتراكم تحت جلودها، تستطيع هذه الحيوانات تحمل درجات الحرارة المنخفضة في المناطق القطبية .

هل تعلم أن البطاريق (جمع بطريق) في موسم التوالد تتجمع في مستعمرات كثيفة في القارة القطبية الجنوبية، والأصقاع القريبة منها. وتتكيف هذه الطيور بشكل جيد مع الحياة البحرية في المناطق القطبية الباردة. وهناك نوع من البطاريق تسمى «اديلي» تدخل إلى داخل البر لتبني أعشاشها هناك .

هل تعلم أن بعض الثديات تصبح نوّامة لا أكثر في فصل الشتاء. وحيث أن عدد كبيراً من الحيوانات تصرف الشتاء في السبات. بعض الحيوانات الأخرى تهاجر في الشتاء ومنها الرنة وعدد كبير من الطيور وكل الحيوانات التي تجد غذاءها في الأنهار والبحيرات، التي تتجمد طوال أشهر كثيرة في السنة .

هل تعلم أن شجرة السنديان (البلوط الضخمة)تمثل البيئة الملائمة لعدد كبير من الأنواع الحيوانية. ففيها ثلاثة مواطن منفصلة: الجذور والجذع والأغصان. بين الجذور يعيش عدد كبير من الحيوانات التي تفيد الشجرة

إلى حد بعيد منها الديدان التي تهوي التربة بالجحور التي تحفرها، ويشكل الجذع موطناً للحشرات بالدرجة الأولى وتبني السناجب والعصافير أوكارها داخل الجذوع المجوفة. أما الأغصان فهي أغنى مواطن الشجرة وتؤوي الدبابير والفراشات والعناكب وأنواعاً مختلفة من الطيور .

هل تعلم أن الموطن الأصلي للأناناس هو في منطقة شرق آسيا. وأن الموطن الأصلي لحيوان الشينشلا موجود في أمريكا الجنوبية وأن الموطن الأصلي للشعب النورماندي موجود في اسكندنافيا .

هل تعلم إن البكاء والابتسام والضحك هي طرق الإنسان للتعبير عن مشاعر معينة، وأنه لا يمكن لأي حيوان أن يستعمل هذه الطريقة للتعبير عن شعوره، فالحيوان له طريقته الخاصة للتعبير عن الألم، وتختلف هذه الطريقة من حيوان إلى حيوان. وهي تتراوح بين إصدار الأصوات والحركة والتصرف العام .

أما البكاء فهو ينتج عادة عند الإنسان انهيار الدموع. أما عند الحيوان فذلك لا يحدث. وهذا لا يعني أن الحيوان لا ينتج الدموع، فهو ينتج الدموع لغسل وتغذية العين. والضحك أيضاً ظاهرة إنسانية وليست حيوانية، مع أن بعض الحيوانات قد تعطيك انطباعاً بأنها تضحك لكنها بالحقيقة لا تفعل ذلك كما يفعله الإنسان. فالإنسان يقوم بذلك نتيجة تحليل لأمر معين بالدماغ وهذا ما لا تستطيع الحيوانات فعله .

هل تعلم أن بعض الحيوانات تملك حاسة للذوق أقوى من حاسة الذوق عند الإنسان .

فمعلوم أن مجموع اعصاب التذوق عند الإنسان حوالي ٣٠٠٠، وهي ليست

حساسة جداً بل معتدلة .وهناك بعض فصائل الحيوانات تحمل في لسانها أكثر من ٥٥٠٠ عصب ذوقي. وهناك مجموعة من الحيوانات يصل مجموع أعصاب الذوق لديها ما يقارب ٥٠،٠٠٠ مجموعة. وتملك الحيوانات البحرية عادة أعصاب تذوق على جلودها الخارجية في كامل جسدها. أما الذباب والفراشات فتوجد هذه الأعصاب في أقدامها .

هل تعلم أن اليورانيوم هو المعدن الذي يطلق الطاقة الهائلة للذرة. والاشعاع الطبيعي لليورانيوم قد وضع لاستعمالات مذهلة في الطب والزراعة والصناعة وعلم الأحياء. قطعة من معدن اليورانيوم الصافي تبدو قريبة من معدن الفضة أو الفولاذ لكنها ثقيلة جداً بالنسبة إلى حجمها. تصور أن ٠،٣ متر مكعب من اليورانيوم يزن أكثر من نصف طن!؟ فاليورانيوم هو أثقل معدن موجود في الطبيعة .
واليورانيوم له ميزتين غير عاديتين جداً :

ذو نشاط اشعاعي: ما يعني أن ذراته تتفتت ببطء مطلقة طاقة في شكل إشعاع بعض ذراته هي انشطارية أي إنها يمكن أن تنفجر وتنقسم إلى إثنين مطلقة كميات هائلة من الطاقة. انشطارية اليورانيوم هي الأساس لكل معامل الطاقة النووية والأسلحة النووية .

كيماوياً، اليورانيوم هو رجعي الفعل جداً. وهو واسع الانتشار بكميات صغيرة. لكنه لا يتواجد في الطبيعة في حالة نقية. واستخراجه من خاماته هو عملية طويلة ومعقدة. إن كيلو غراماً واحداً من اليورانيوم يحتوي على كمية من الطاقة تعادل تقريباً طاقة ثلاثة ملايين كليو غرام من الفحم .!

في المفاعل النووي ذرات اليورانيوم المنشطرة تنتج كميات هائلة من الحرارة طالما سلسلة التفاعل ظلت محتشدة. هذه الحرارة يمكن أن تستعمل لإدارة توربين ضخم لتوليد الطاقة الكهربائية .

هل تعلم أنه في أنواع الأفاعي السامة، إحدى عدد اللعاب هي تنتج مادة تكون سامة لفريسة الأفاعي. بعض الأفاعي لديها سم يكفي لقتل فيل. وأخرى لديها سم خفيف. ربما هناك حوالي ٢٠٠ أفعى سامة من أصل ٤١٢ أفعى معروفة يمكن أن تعتبر خطيرة على الإنسان .

فوق أنياب الأفعى تماماً هناك فتحة تؤدي إلى الغدة المنتجة للسم. عندما تعض الأفعى ذات الأنياب الخلفية يسيل السم في الأخاديد إلى الجرح الذي فتحه الناب .الكوبرا النفاثة تستطيع رش السم من نابيها، بنفس الطريقة التي يرش بها الماء من بخاخ هذه الكوبرا تصوبهما نحو عيون الفريسة ويؤدي سمها إلى العمى الفوري.

هل تعلم أن البكتريا هي الشكل الأكثر شيوعاً للحياة على الأرض .فهي ميكرو كائنات حية . وهي تتألف من خلية واحدة فقط، ولديها بعض المظاهر لكل من النباتات والحيوانات. هناك ما لا يقل عن ألفي جنس من البكتريا، وهي عملياً تعيش في كل مكان وأي مكان ورغم أن معظم البكتريا تقتل بواسطة الحرارة القصوى فبعضها يعيش في الينابيع الساخنة أما الجليد فهو يوقف نموها لكنه عادة لا يقتل .

معظم البكتريا هي إما غير ضارة أو عملياً مساعدة لأشكال أخرى من الحياة فالبكتريا مثلاً تسبب التعفن والتحلل للنباتات والحيوانات الميتة. وهي أيضاً تلعب دوراً هاماً في العمليات الهضمية للإنسان والحيوانات الأخرى.

هل تعلم أن النعامة لا تستطيع الطيران فعلياً .

الإحساس بقوة الجاذبية الأرضية في الجو هو أكثر مما عند الوقوف على الأرض. ذلك لأن الهواء يعطي دعماً قليلاً لوزن المخلوق. الطيور الصغيرة فقط قادرة على الطيران برفرفة أجنحتها. أما الطائر الكبير العملاق لا يستطيع الطيران لأنه لا يملك مثل تلك العضلات التي تساعد الجناحين في الرفرفة .

هناك عدد من الطيور لا يستطيع الطيران بتاتاً كالنعامة، والرية (نعامة صغيرة) في جنوب أمريكا .والأيمو في استراليا وعدد من الطيور الأخرى. جميعها ثقيلة جداً للطيران فليس هناك من طائر عملاق ويستطيع الطيران .

والنعامة من الطيور العملاقة. فهي تكون بطول مترين عندما تكون مكتملة النمو وأحياناً بارتفاع ٢،٥ متراً. وتزن من ٧٠ إلى 130 كغ .

لكن الطيور التي لا تستطيع الطيران في بعض الحالات تعوض عن هذا بسرعتها الهائلة. فالخبراء يؤكدون بأن النعامة أسرع طائر في الجري. وهي كذلك أسرع من الحصان العربي السريع، فقد تصل سرعتها إلى حوالي ٦٠ كلم في الساعة. وتتجاوز نقلتها حوالي ٨،٥ أمتار .

هل تعلم أن أكبر حديقة حيوانات وطنية هي حديقة تسافو الوطنية في كينيا بأفريقيا. فهي أكبر بقليل من مساحة فلسطين. وتتألف من سهول جافة مكشوفة مغطاة بالأعشاب الاستوائية. يأتيها الزائرون من كل أنحاء

العالم لمشاهدة الحيوانات البرية المختلفة والطيور وغير ذلك. وهناك لا يمكنك التنقل سيراً على الأقدام خوفاً من الحيوانات المفترسة، بل يمكنك التنقل عبر السيارات الخاصة التابعة للحديقة .

هل تعلم أن الجري يعتبر إحدى أكثر وسائل الدفاع فعالية وشيوعاً بين حيوانات السفناء .بعض هذه الحيوانات مثل الأرنب البري والكنغر الصغير تعتبر وثابة أيضاً من النوع الممتاز. وتستطيع النعامة والأمو والنندو وهي من الطيور العاجزة عن الطيران أن تجاري أسرع العواشب في الركض. بينما تقوم أنواع أخرى كالمدرع وأكل النمل أو أنواع صغيرة مثل القوارض بالاختباء في الجحور .

هل تعلم أن حيوان الرنة يعتبر من أكلة النباتات الكبيرة لمنطقة القطب الشمالي إلا أن أعداءه الرئيسيون هم الذئب والدب الرمادي الذين يكثر وجودهم في المناطق القطبية .وفي فصل الشتاء ينتقل الرنة جنوباً ويتغذى على طحلب الغزال (نوع من شيبة العجوز)وأغصان الأشجار مثل الجنجل والسندر .

هل تعلم أن تحت عمق ٣٠٠٠ متر من الماء يمتد اللج، حيث تسود ظلمة تامة وبرد شديد وضغط هيدروستاتي هائل. على عمق ١٠ آلاف متر يتعدى الضغط طناً واحداً بالسنتيمتر المربع .فلا وجود لأية حياة بنائية في اللج، والطعام قليل لهذا السبب يصعد الكثير من الأسماك الصغيرة واللافقاريات إلى السطح بحثاً عن الغذاء. أو تطور هذه الحيوانات تعديلات خاصة لتحيا بكميات ضئيلة من الطعام. وتقتات بعض المخلوقات الأخرى على

الفضلات التي تنزل إلى قاع البحر

*النقود ليست مصنوعة من الورق .. وإنما من القطن

*الكرسي الكهربائي اخترعه طبيب أسنان

*الكاتشب كان يُستخدم في القرن الثامن عشر كدواء

*الذين يتحدثون الإنجليزية في الصين أكثر من سكان الولايات المتحدة الأمريكية

*حاسة التذوق لدى الفراشات في قدميها

*الفيلة هي الحيوانات الوحيدة التي لا تستطيع القفز

*حجم عينيك الآن هو نفس حجمها عند ولادتك ، فالعيون لا تنمو بعكس الأنف والأذن

*تسقط النملة دائما على جانبها الايمن عندما تتسمم

*عين النعامة اكبر من دماغها

*تزيد السنة الشمسية عن السنة القمرية عشرة أيـــام

*يمكن للحلزون ان ينام لمدة ثلاث سنوات

*للقطط اكثر من مئة صوت بينما للكلاب حوالي العشرة

*جميع الدببة القطبية عسراء(تستخدم اليد اليسرى)

*ترمش النساء تقريبا ضعف الرجل

*يستخدم رجال الاسكيمو الثلاجات لمنع الطعام من التجمد!!

*صوت البطة لا صدى له ولا احد يعلم لماذا؟!

*من الممكن ان تصعد البقرة الدرج ولكن من المستحيل ان تنزل

*كل جهتين متقابلتين في النرد مجموع عددهما هو سبعة

* "The quick brown fox jumps over the lazy dog."

هذه الجملة تستعمل كل احرف اللغة الانجليزية

القاب الشعراء

شاعر الرسول(ص): حسان بن ثابت

الأخطل الصغير: بشارة عبدالله الخوري

الفلام القتيل: طرفة بن العبد

الفرزدق: همام بن غالب

قتيل الهوى: قيس بن الملوح

النابغة: زياد بن معاوية

امير الشعراء: احمد شوقي

الملك الضليل: امرؤ القيس

سلطان العاشقين: ابن الفارض

ذي الكفايتين(السيف والقلم): علي بن محمد بن العميد

شاعر الشباب: احمد رامي

رهين المحبسين(بيته وعماه): ابو العلاء المعري

شاعر القطرين :خليل مطران

الدغدغة هي إحدى خواص الجسم البشري التي مازال يحيط بها الكثير من الغموض ، و قد شغفت ظاهرة الدغدغة الناس على مر العصور ؛ و إن كانت(ميكانيكياتها) معروفة: حينما تداعب أطراف الأعصاب، ترسل إشارة بهذا للمخ الذي يحولها إلى انقباضات عصبية عضلية هي القهقهة الحرة المتفجرة غير الإرادية، التي يصعب التحكم فيها، و قد اكشتف علماء جامعة سان دييجو بأمريكا أن الضحك يبدأ بعد بدء الدغدغة بسبع ثوان، و يستمر لمدة ٥٠ ثانية ثم يقل إذا لم تستمر الدغدغة و تزيد. و يختلف ضحك الدغدغة و هو انعكاس عصبي، عن الضحك لفكاهة مثلا، و هو عقلاني .

و قد تفقد الدغدغة الانسان توازنه و تحكمه في جسده ، فيمارس الاطفال ، مثلا لعبة (حرب الدغدغة) حيث الهدف ليس اثارة ضحك المنافس

، بل دفعه لفقد السيطرة على جسده ، و قد استخدمت الدغدغة في الماضي (في المانيا القرن السابع عشر مثلاً) كسلاح للتعذيب و أحيانا للإعدام ، بإماتة شخص من شدة الضحك!!!

معاني اشهر السنة * :كانون الثاني (يناير) معناه ان درجة الحرارة منخفضة

*آذار (فبراير) معناه الثبات والنوم

*نيسان (ابريل) ومعناه الذبيحة

*أيار (مايو) معناه النار والوهج

*حزيران (يونيو) ومعناه الاستظلال من حرارة الشمس

*تموز (يوليو (معناه الابن الذي شفي بعد ان شارف على الهلاك

*آب (اغسطس) معناه الفاكهة

*ايلول (سبتمبر) معناه الهلاك

*تشرين الاول (اكتوبر) معناه الخريف الاول

*تشرين الثاني (نوفمبر) معناه الخريف الثاني

*كانون الاول (ديسمبر) معناه اشعال المدفأه

هل تعلم أن الراديوم إكتشفه الفيزيائي الفرنسي بياركوري وزوجته البولونية ماري في عام ١٨٩٨.

هل تعلم أن نظرية النسبية إكتشفها العالم الألماني الأصل والاميركي الجنسية الفيزيائي البرت آنيشتاين الذي نشر هذه النظرية في العام ١٩٠٥ م.

هل تعلم أن استخدام الرادار لأول مرة كان في الحرب العالمية الثانية في العام ١٩٣٩.

هل تعلم أن خسوف القمر يعني أن يحتجب نور القمر خلف الشمس فلا يبدو أبداً.

هل تعلم أن العالم الإسلامي الخوارزمي اشتهر بعلومه بالرياضيات وأنه وراء إيجاد عمليات الجذر ويعطي المعادلات الرياضية الأخرى وأنه هو مبتكر علم الجبر .

هل تعلم أن أول من ترجمت له كتب الكيمياء والطب والفلك وغيرهما من الكتب الفلسفية هو خالد بن يزيد بن معاوية بن أبي سفيان الأمير الأموي الذي زهد بالخلافة حبا بالعلم وانصرف يؤلف ويترجم كتب الكيمياء والعلوم المختلفة.

هل تعلم أن أول من بنى المدارس في الإسلام هو نظام الملك العلقب بقوم الدين واسمه الحسن بن علي بن اسحق بن العباس وهو أول من لقب بـ أتابك. وهو أول من بنى المدارس لطلاب العلم فبنى نظامية بغداد، ونظامية نيسابور، ونظامية طوس ونظامية أصبهان. وكان أول من ولي التدريس في المدرسة النظامية ببغداد أبو اسحاق الشيرازي شيخ الشافعية ـ في وقته .

هل تعلم أن واضع أسس علم الاجتماع وقواعده هو العالم ابن خلدون المؤرخ والفيلسوف الاجتماعي، ينتسب إلى أسرة أندلسية حضرمية الأصل أقامت في اشبيلية واشتهر منها رجال علم وسياسة، تنقل في بلاد المغرب والأندلس وتولى أعمالاً سياسية في فاس وغرناطة. ثم توجه إلى مصر فأكرمه سلطانها الظاهر برقوق فدرس في الأزهر وتولى قضاء المالكية. أشهر مؤلفاته: كتاب العبر وديوان المبتدأ والخبر في أيام العرب والعجم

والبربر. وأولها المقدمة التي قيل عنها إنها خزانة علوم اجتماعية وسياسية واقتصادية وأدبية.

هل تعلم أن أول من وصف أعمال التقطير والتبلور والتذويب والتحويل هو العالم الإسلامي جابر بن حيان. الذي يعد من علماء العرب المشهورين. وله شهرة كبيرة عند الأفرنج بما نقلوه من كتبه في بدء يقظتهم العلمية.

وهو أول من أدرك أهمية الاختبار العلمي فأكد عليه وخطا خطوات واسعة في سبيل تقدم الكيمياء. ويعتبر هو مستكشف حامض الكبريتيك وماء الذهب والصود الكاوية .

هل تعلم إن أول من فصل علم المثلثات عن علم الفلك وأول من استخدم الظلال وظلال التمام والقواطع وقواطع التمام والجيوب وجيوب التمام في قياس الزوايا والمثلثات هم الرياضيون العرب ويأتي على رأسهم في هذا المجال نصير الدين الطوسي المتوفي عام ٦٧٢ هـ/١٢٧٤ م.

هل تعلم أن مخترع رقاص الساعة (البندول)هو ابن يونس علي بن عبد الرحمن بن أحمد بن يونس المصري المتوفي سنة ٣٩٩ هـ/١٠٠٩ م .وهو من علماء الفلك والميكانيك عند العرب. اختص بصحبة الحاكم بأمر الله الفاطمي .وهو أول من اخترع رقاص الساعة وقد استعمله لقياس الزمن لأنه متحرك حول محور ثابت ذبذباته متواقتة نظرياً وقد نسب هذا الاختراع من بعده للإيطالي غاليلو المتوفي سنة 1643 م لأنه وسع دائرة استعماله بعد ابن يونس.

هل تعلم أن العالم المسلم ابن الهيثم هو مبتكر المنهج التجريبي في العلوم. وابن الهيثم هو عالم مهندس طبيب حكيم عارف بالعربية رحل إلى مصر واتصل بالحاكم بأمر الله الفاطمي. انقطع في آخر حياته للعلم

والتصنيف. وله العديد من المؤلفات تزيد على السبعين ما بين كتاب ورسالة منها: «المناظر» على طريقة بطليموس، وكيفية الإظلال وتهذيب المجسطي وشرح قانون اقليدس. ويعتبر ابن الهيثم مبتكر المنهج التجريبي في العلوم والذي يقوم على المبادىء التالية:

ـ اعتبار الظواهر الطبيعية خاضعة لمبدأ الحتمية العلمية.

ـ الايمان بوحدة الحقيقة.

ـ الفضول العلمي ـ الشك المنهجي ـ ـ التجربة والموضوعية ـ.

ـ القياس والاستقراء والتمثيل.

هل تعلم أن ابن الهيثم العالم الاسلامي يعتبر أول من اكتشف أن العدسة المحدبة ترى الأشياء أكبر مما هي عليه، وهو أيضاً أول من شرح تركيب العين ورسمها بوضوح تام .ووضع أسماء لبعض أقسامها. وقد أخذها عنه الأفرنج وترجموها إلى لغاتهم المختلفة.

هل تعلم أن أبا بكر الرازي هو مبتكر خيوط الجراحة.

وكذلك هو واصف دائي الجدري والحصبة.

والرازي يعتبر أشهر أطباء العرب في العصر العباسي على الاطلاق. فيلسوف حكيم، كيماوي، أولع بالشعر والموسيقى في صغره، ثم عكف على دراسة الطب والفلسفة والكيمياء فنبغ واشتهر. تولى تدبير مارستان الري، ثم رئاسة أطباء البيمارستان العضدي في بغداد وأهم مؤلفاته «الحاوي «الذي يعتبر أجل كتبه وأعظمها في صناعة الطب. ويعتبر الرازي أول من ابتكر خيوط الجراحة من مصارين الحيوانات. وهو أيضاً أول من وصف دائي الجدري والحصبة حق الوصف، وذلك في رسالة كبيرة تعد مفخرة من حفاظ المؤلفات الطبية عند العرب. وفيها أول بيان سريري

للجدري. وقد نقلت هذه الرسالة إلى مختلف لغات العالم.

هل تعلم أن للعالم أبو بكر الرازي الفضل في العديد من المبتكرات الطبية نذكر منها:

ـ أنه أول من استخدم فتيلة الجرح.

ـ وهو أول من استخدم الرصاص الأبيض في المراهم.

ـ وهو أول من أدخل الزئبق في المسهل.

ـ وهو أول من أجرى التجارب على الحيوان، فقد جرب العقاقير على القرود أولاً للتأكد من فاعليتها.

هو أول من فصل الطب عن الصيدلة، فجعل الصيدلة علماً مستقلاً قائماً بذاته. بعد أن كانت الصيدلة متصلة بالطب، وهو أول من اكتشف عامل الوراثة.

هل تعلم أن ابن المجوسي علي بن عباس المجوسي هو أول من وصف عملية الشق الجراحي لاستخراج الحصاة من الكلية.

وهو عالم من علماء الطب من تلاميذ موسى بن يوسف بن سيار. صنف كتاب «كامل الصناعة الطبية الضرورية» وكان هذا الكتاب موضع الدراسة والاهتمام حتى ظهور قانون ابن سينا.

هل تعلم أن العالم الاسلامي الطبيب ابن سينا (الحسين بن عبد الله ابن سينا) أبو علي الملقب بالشيخ الرئيس يعود له الفضل في اكتشاف العديد من الأمور الطبية أهمها:

ـ أول من شخص الشلل النصفي وميز بين الشلل العضوي المحلي والشلل الناتج عن سبب مركزي في الدماغ.

ـ أول من وصف أعراض داء «الفيلاريا» أو داء الفيل، وهو مرض يصيب الرجلين فتتضخمان. وهو أول من وصف أعراض داء «الجمرة الخبيثة.«

ـ وهو أول من وفق إلى اكتشاف الطفيلة المعوية المعروفة بالانكلستوما أو الرهقان. وهي دودة موجودة في أمعاء الإنسان. وقد وصفها وصفا دقيقاً في كتابه الشهير القانون وقد سماها» الدودة المستديرة.«

هل تعلم أن الحفيد ابن زهر الأندلسي يعتبر من نوابغ الطب والأدب في الأندلس. ولم يكن في زمانه أعلم منه بصناعة الطب أخذها عن أبيه. وقد خدم دولتي المرابطون والموحدون.

له الترياق الخمسيني في الطب ورسالة في طب العيون. ويعتبر ابن زهر أول من اكتشف جرثومة مرض الجرب من أطباء المسلمين كما هو أول من شخص أعراض خراج الحيزوم والتهاب التامور في حالتي النشافة والانسكاب.

هل تعلم أن ابن النفيس علي بن أبي حزم العالم الطبيب هو مكتشف الدورة الدموية الصغرى. وقد جاء ذلك في كتابه المشهور «تشريح القانون» وفيه أيضاً إشارات إلى الحويصلات والشرايين التاجية. كما له أيضاً العديد من المؤلفات الطبية أشهرها: الموجز في الطب وبه اختصر قانون ابن سينا، والشامل في الطب وهو كتاب كبير جداً وغيرها من الكتب المختلفة.

هل تعلم أن الطبيب صالح صبحي المصري هو أول من اكتشف طريقة لإزالة الوشم من الجسم من دون اللجوء إلى إجراء عملية جراحية والطبيب صالح صبحي تخرج من القصر العيني ثم أكمل دراساته في باريس. ولما عاد عين كبيراً لأطباء الجيزة. ثم سافر إلى استانبول مع الخديوي عباس

حلمي حيث بقي هناك إلى نهاية الحرب العالمية الأولى ثم عاد إلى القاهرة وتفرغ للبحث والكتابة.

هل تعلم أن حسن كامل الصباح هو أول من صنع جهازاً لخزن أشعة الشمس وتحويلها إلى طاقة كهربائية وذلك في عام ١٩٣٠ وحسن الصباح لبناني من مدينة النبطية لقب بأديسون الشرق وفتى العلم. أولع بالرياضيات والطبيعيات. بعد خدمته العسكرية في الجيش العثماني سافر إلى الولايات المتحدة لدراسة الهندسة حيث التحق بمؤسسة جنرال الكتريك بنيويورك وعمل فيها حتى أصبح المشرف على دائرة المخترعات حيث سجل العديد من اختراعاته واكتشافاته العلمية والتي بلغت حوالي السبعين اختراعاً.

قتل في حادث سيارة هناك في ظروف غامضة ونقل جثمانه إلى بلدته حيث دفن فيها.

ويعتبر أهم انجازات الصباح هو اكتشافه لطريقة يخزّن فيها الأشعة الشمسية ليحولها فيما بعد إلى طاقة كهربائية. وقد فتح بهذا الاختراع أمام العلماء والمخترعين أبواباً عديدة.

هل تعلم أن عباس بن فرناس أول رجل في تاريخ العرب والغرب حاول الطيران بطريقة علمية. فقد أراد تطيير جسمه، فكساه بالريش ومد له جناحين طار بهما في الجو مسافة بعيدة ثم سقط فتأذى ظهره وبذلك يعتبر أول طيار اخترق الفضاء .

هل تعلم أن أول عربي هاجر إلى أميركا هو العراقي الياس الكلداني وذلك عندما غادر بغداد عام ١٦٦٨ م إلى القدس الشريف ثم ذهب إلى حلب، فأبحر من اسكندرون إلى فينيس بإيطالية ومنها إلى فرنسا واسبانيا، وأخيراً أقلع من قادس في اسبانيا فمر على جزر الكناري وصولاً إلى فنزويلا

في شمالي أمريكا الجنوبية وذلك بعد خمس وخمسين يوماً قضاها في البحر ثم ساح في جهات بنما إلى كولومبيا والبيرو وبوليفيا والأرجنتين فتشيلي ثم عاد إلى ليما ليكتب تفاصيل رحلته الأولى كأول إنسان شرقي وصل إلى أمريكية. ثم ما لبث أن عاد إلى المكسيك فإسبانيا وإيطاليا حيث قابل بابا روما.

هل تعلم أن أول طيار عربي كان في المهاجر الأميركية هو جبرائيل يافث اللبناني المولود في بلدة ضهور الشوير. تلقى دراسته الثانوية في الجامعة الأميركية في بيروت ثم هاجر إلى سان باولو بالبرازيل عام ١٩١٩ م. والتحق هناك بمدرسة الطيران، ثم امتلك طائرة كان يقودها في رحلاته الجوية. اشترك عام ١٩٣٠ مع قائد الجو البرازيلي في اقتناء طائرتين وافتتح مدرسة لتعليم الطيران، ثم كان أحد مؤسسي شركة Vasp للنقليات الجوية في مختلف انحاء البرازيل. وانتخب عام ١٩٣٢ رئيساً لنادي الطيران البرازيلي.

هل تعلم أن الفقيه الحنبلي زين الدين الآمدي هو أول من صنع الحروف البارزة. والآمدي يعتبر من أكابر فقهاء الحنابلة فقهاً وصلاحاً وصدقاً ومهابة عارفاً بلغات كثيرة منها الفارسية والتركية والمغولية والرومية وقد عَمِيَ في صغره. احترف تجارة الكتب وجمع كثيراً منها. وكان كلما اشترى كتاباً أخذ ورقة وفتلها فصنفها حرفاً أو أكثر من حروف الهجاء، لعدد ثمن الكتاب بعدد جمله. ثم يلصقها على طرف جلد الكتاب ويجعل فوقها ورقة تثبتها فإذا غاب عنه ثمنه مس الحروف الورقية فوقه. وعلى ذلك فإن الآمدي يكون قد سبق الفرنسي لويس برايل إلى اختراعه طريقة الكتابة بالحروف النافرة بنحو ٦٠٠ سنة لأن برايل توصل إلى اختراعه سنة ١٨٥٠ م.

هل تعلم أن أول مطبعة عربية أنشئت في لبنان على يد عبد الله بن زكريا الزاخر الحلبي الولادة اللبناني الإقامة. ويعتبر الزاخر من رجال النهضة الأدبية وأول مؤسس لمطبعة عربية في لبنان، في دير مار يوحنا الصايغ في الخنشارة وذلك عام ١٧٣٣ م. وكان كل ما في مطبعته من آلات وحروف ومسابك ومصفات ومحابر ومكابس ونقوش وزخارف من صنع يده. وقد ابتدأ عمل هذه المطبعة بطبع كتاب اسمه ميزان الزمان. ثم أوصى بمطبعته إلى الرهبان الشويريين ولا تزال محفوظة عندهم في دير الصايغ.

هل تعلم أن الصحافي العتيق رشيد الخوري هو أول من اخترع آلة لصف حروف الطباعة العربية وذلك لتسريع عملية انتشار الجرائد. والخوري صحافي عمل في خدمة الصحافة منشئاً جريدة الرموز في بيونس آيرس في الأرجنتين سنة ١٩٠٨ .

هل تعلم أن الفراهيدي (الخليل بن أحمد) هو أول من جمع حروف المعجم جميعها في بيت واحد من الشعر وهو في قوله:

صف خلق خودٍ كمثل الشمس إذ بزغت

يحظى الضجيع بها نجلاء معطار

الواقع أن الغراء بمختلف انواعه، الناتج عادة عن دهون حيوانية او نباتية، يحتاج إلى

رطوبة كي يلتصق، أي إلى وجود ماء، او مكوناته (اوكسجين، وهيدروجين) وإلاّ فإنه لا يتحول كيميائيا إلى مادة لاصقة، لذا فإنه يلتصق على السطوح التي تتوفر حولها الرطوبة ولا يلتصق بجدران انابيبه الداخلية!!

رن شن

إنه اسم أصغر رئيس تحرير في العالم. هذا الفتى الصيني يحظى باحترام وإعجاب الصحافة العالمية، فهو يدير مجلة توزع اكثر من200 الف نسخة.اسم المجلة (الاساتذة الشباب) وتصدر في شنغهاي احدى اكثر المدن ضجيجا في العالم.

تضم المجلة اكثر من ١٠٠ محرر يعملون تحت قيادة (شن.)

الطريف أن كل هؤلاء لا يتعدى عمرأكبرهم ١٤ عاما، اما اصغرهم ففي السابعة من عمره حيث يرأس قسم الفنون الجميلة .

أسماء أيام الأسبوع في الجاهلية

أوّل : أحد ،

أهْوَن : اثنين ،

جُبّار : ثلاثاء ،

دُبّار : أربعاء ،

مُؤْنِس : خميس ،

عَرُوبَة : جمعة ،

شَيّار : سبت.

أمثال عربية

01العلم والحكمة:

لكل حي أجل

لكل داء دواء

بعض الحلم ذل

يد واحدة لا تحمل بطيختين

خذو الحكمة من أفواه البسطاء

02:العزة والشجاعة:

"قُتل رحمه الله" خير من "فر أخزاه الله"

أخاك أخاك إن مَنْ لا أخا له كَساعٍ إلى الهيجا بغير سلاح

أخوك من صدقك النصيحة

إذا غامَرْتَ في شرف مروم فلا تقنع بما دون النجوم

إذا لم يكن إلا الأسِنّةُ مركبا فلا رأي للمضطر إلا ركوبها

03السكوت والكلام:

أجمد البلاغة الصمت حين لا يَحْسُنُ الكلام

إذا تكلمت بالكلمة ملكتك وإذا لم تتكلم بها ملكتها

السكوت علامة الرضا

أنت على رد ما لم تقل أقدر منك على رد ما قلت

إياك وأن يضرب لسانك عنقك

بلاد العم سام،هل تعرفها؟؟

إنها امريكا، لكن لماذا يطلق عليها هذا الاسم؟

العم سام فلاح امريكي بسيط، اسمه الحقيقي هو صمويل ويلش الذي عاش بمدينة نيويورك في الفترة بين ١٧٦٦ و1854.

كان صمويل يعمل مورد لحوم للجيش الامريكي اثناء الحرب مع بريطانيا عام 1812 حيث كان الجنود الامريكيون يعرفونه بالعم سام. كانت اللحوم التي يوزعها صمويل تُختم بحرفَيْ US وهما الحرفان اللذان يبدأ

بهما اسم العم سام Uncle Sam من هنا شاع وسط الجنود الامريكيين ثم في انحاء العالم بعد ذلك هذا الاسم مقترنا بالولايات المتحدة.

فوائد قياس سرعة هواء الزفير:

1- معرفة شدة الحالة لدى المريض .

2- معرفة مدى فاعلية العلاج و ذلك بمقارنة القراءات قبل و بعد أخذ الدواء، سواء كان لعلاج نوبة حادة أو دواء وقائي .

3- معرفة الأوقات من اليوم و التي يكون فيها الربو أكثر شدة ، مثل عند الاستيقاظ من النوم و كذلك الأشهر من السنة .

4- معرفة الأنشطة التي تزيد من شدة الحالة .

5- التنبؤ بحدوث نوبة ربو حادة و أخذ الحيطة ، كزيادة جرعة الدواء أو أخذ دواء وقائي مثل حبوب الكورتيزون لفترة قصيرة لتجنب النوبة .

6- معرفة أفضل قراءة لديك لاستخدامها كدليل و مرجع تقارن فيه القراءات المستقبلية لتقييم حالتك .

7- القراءات مفيدة جداً للطبيب لوضع خطة العلاج للمريض .

و تُسجل القراءات على أوراق معدة لذلك مع ذكر التاريخ و اليوم و الوقت و ماذا كان يفعل المريض و الدواء الذي يستخدمه. و من هذه المعلومات يعرف الطبيب المعالج شدة الربو لدى مريضه و يضع خطة العلاج بما فيها

أدوية الربو الوقائية.

و يستخدم جهاز منزلي صغير و رخيص لهذا الغرض و يسمى بمقياس سرعة التدفق (تدفق هواء الزفيرPeak Flow Meter)

*مضغ اللبان أثناء تقطيع البصل يمنع الدموع

*عدد الدجاج في العالم أكثر من عدد البشر

*الفيل هو الحيوان الوحيد الذي لا يستطيع القفز

*القطة لها ٣٢ عضلة في كل أذن

*من المستحيل قتل نفسك بواسطة حبس النَفَس

*أكثر الأسماء تسميةً في العالم هو محمدMohammad

*كل الكائنات تحرك فكها السفلي عند الأكل، عدا التمساح فإنه يحرك فكه العلوي *نحلة العسل اذا لسعتك تموت هي على الفور

*الزيت والماء يمكن أن يختلطا اذا وضعت قطعة من الصابون معهما

إذا كانت القطعة من الخبز تسمى كسرة

إذا كانت القطعة من الكبد تسمى فلذة

إذا كانت القطعة من الشعر تسمى خصلة

إذا كانت القطعة من النار تسمى جذوة

إذا كانت القطعة من الثوب تسمى خرقة

إذا كانت القطعة من الليل تسمى هزيع

إذا كانت القطعة من البقل تسمى باقة

إذا كانت القطعة من الحطب تسمى حزمة

إذا كانت القطعة من الكتب تسمى إخبارة

معاني أسماء الدول:

السعودية

نسبة إلى العائلة المالكة وهي آل سعود ..

الكويت

صغير كوت وهو قلعه محاطة بسور وخندق تصغيرها كويت

والكوت قلعة بناها ابن عريعر في الأراضي الكويتية

والتي كانت تسمي بالقرين فالكويت نسبة إليها

البحرين

نسبة إلى البحر المالح والعيون العذبة حيث ان البحرين كان يطلق على بلاد تشمل الأحساء وما جاورها وكانت هناك عيون مياه عذبة تصب في البحر وكان المالح والعذب يلتقيان في آن واحد ..

عمان

قيل بإنه إسم رجل وقيل إنه من عمن يعمن أي أقام فهو عامن أي مقيم ..

قطر

نسبة إلى قطر المطر لأنها كانت مشهورة بأمطارها الكثيرة وقيل نسبة إلى الى الشاعر قطري بن الفجاءة ..

الامارات العربية المتحدة :

*أبوظبي :

سميت بذلك لانها كانت موطن الظباء وقالوا أيظا بأن صيادا اصطاد ظبيا في تلك الجزيرة بعد عناء ولما أمسكه كان متعبا من العطش فذهب يبحث عن بئر فلما وجده كان البئر قد جف فمات الصياد والظبي واكتشفت

جثتاهما فيما بعد قرب البئر فسموا البئر " أبوظبي " واسمها القديم أم النار .

*دبي :

تصغير دبا وهو الجراد الذي لم تثبت له الأجنحة بعد سميت بذلك لأنها كان ينتشر فيها الجراد آنذاك قبل أن تسكن ومن أسمائها الوصل .

*الشارقة :

سميت بذلك لوقوعها في أقصي الشرق من الامارات التي كانت معروفة آنذاك

*عجمان :

سميت بذلك نسبة إلى قبيلة العجمان العربية الكريمة هناك .

*ام القيوين :

أصل تسميتها أم القوتين لأن موقعها كان نقطة تجمع للوحدات البرية والبحرية أيام الحروب البرتغالية وغيرها .

*رأس الخيمة :

نسبة إلى الخيمة التي كانت تنصبها الملكة الزباء على قمة جبل واسمها القديم جلفار .

*الفجيرة :

نسبة إلى تفجر الينابيع المائية من تحت الجبال الموجودة هناك

شاعرات العرب

- الخرنق بنت بدر بن هفان من بني ضبيعة (٥٢٠م – ٦٠٠ م) وهي قريبة لطرفة بن العبد، وهي أقدم شاعرات الرثاء.
- سعدي بنت الشمردل الجهنية، وهي قبيل الإسلام بمدة وجيزة.
- الدعجاء بنت وهب من بني باهلة، عاشت في القرن السادس، ولها

قصائد في الأصمعيات والأمالي.

- الخنساء: وهي تماضر بنت عمرو من بني سليم، ولدت ما بين 580 م -٥٩٠ م وتوفيت في أواخر خلافة عثمان، وفدت على الرسول (ص) وأسلمت، وهي أشعر شاعرات العرب، ولها ديوان.
- جنوب: وهي جنوب بنت العجلان من بني عامر بن كاهل من هذيل عاشت قبل الإسلام، ولها مرثيات عديدة، وهي مذكورة ضمن ديوان الهذليين.
- عاتكة بنت زيد بن عمرو من بني عدي عن كعب من قريش، وأبوها زيد بن عمرو الحنفي الوحيد في الجزيرة زمن الجاهلية، زوجها عبدالله بن أبي بكر، ثم عمر بن الخطاب، وبعد وفاته تزوجت الزبير بن العوام، ولها ديوان.
- حسانة التميمية (١٨٠ هـ - ٢٣٨ هـ.)
- لبنى كاتبة الحكم المستنصر توفيت ٣٧٤ هـ.
- عائشة بنت أحمد بن قادم القرطبية، اشتهرت بالمدح توفيت ٤٠٠ هـ
- مريم بنت أبي يعقوب الأنصاري الشبلي -من أهل أشبيلية توفيت ٤١٩هـ
- صفية بنت عبدالله الربي توفيت ٤١٧ هـ.
- الغسانية البجانية من أهل بجانة اشتهرت بالمدح في الأندلس.
- ليلى الأخيلية كانت زمن الخلافة الأموية، وهي شاعرة مجيدة.
- عمرة بنت مرداس بن أبي عامر.
- عائشة بنت الخليفة العباسي المهدي.

وهناك شاعرات كثر في تاريخ الأدب العربي، ولكن هؤلاء الشاعرات هن الأشهر شعراً وذكراً

اصوات

الحفيف: صوت الشجر

الفحيح: صوت الثعابين

الصهيل: صوت الخيل

الهديل: صوت الحمام

الطنين: صوت اجنحة البعوض

الثغاء: صوت الشاة

الخوار: صوت الثور

المواء: صوت القط

النقيق: ضوت الضفادع

العواء: صوت الذئب

الحداء: صوت دليل القافلة

اللغلغة:صوت الحق

الدمدمة: صوت الطبل و الحرب (و منها اتى اسم الدمام)

النحيب :صوت البكاء

النعيق: صوت البومة

الأزيز : صوت الرصاص ، والمرجل عند الغليان

الاستهلال : صوت الطفل عند الولادة

الإشلاء : صوت دعاء الكلب للشرب

الأنين : صوت الناي ، والمتألِّم

الاصطكاك : صوت الأسنان تطرق ببعضها ، وصوت الرُكَب أيضاً

البَسْبَسَة : صوت زجر الهرّة

الإنقاض : صوت الدجاجة ، والدابّة إذا شدّها اللجام

التصفيق

التأخيخ : صوت المستطيب :" أخ ، أخ "

البَقْبَقَة : صوت الجرّة وما شابَهَها في الماء ، وبطن الفرس والحصان

التأوّد : صوت المشتاق

التّجمجم والتّفمغم : صوت بكلام غير مسموع

التمتمة : صوت الشفة غير المسموع

التغريد : صوت المغني والحادي والطائر وكل صائت طرب

الجِرْس : صوت حركة الإنسان

التمطّق : صوت المتذوّق باللسان والغار الأعلى

الجعجعة : صوت الرّحَى"طاحونة الحبوب "

الجفْجَفَة : صوت الثوب الجديد ، وصوت حفيف العوكب في العشي

الحَسِيْس : صوت النار

الجَلَبَة : اجتماع أصوات الناس والدواب

الخَرْخَرَة : صوت الهرّة في نومها

الجَلْجَلَة : صوت السبع ، والرعد ، وحركة الجلاجل ، والجَرَس

الخَرير : صوت المياه الجارية

الحشْرَجَة : صوت تردّد النّفَس في الصدر عند خروج الروح

الخَفْق : صوت النعل

الخَنين : صوت المتألّم يخرج ظاهراً "وهو أعلى من الأنين "

الدّمْدَمَة : صوت الريح ، والرصاص

الزّعْقَة : الصيحة الشديدة عند الفزع أو المصيبة

الرّجْع : صوت الصدى

الزغردة : صوت الفرح

الزّفْر : صوت الصدر

الزّمْزَمَة : صوت الرعد ، لهب النار ، وصوت الأسد

السّواس : صوت الحُلى

الشّخير : صوت النائم الخارج من الحنجرة والأنف

الصّيَاح : صوت كلّ شيء إذا اشتدّ

الصّخَب : الصوت الشديد عند الخصومة أو المناظرة

الطّنْطَنَة : صوت الأوتار

الصّراخ : الصوت الشديد عن الفزعة أو المصيبة

القصْف : صوت الرعد

الصّريف : صوت الأسنان ، والسرير ، وناب الجمل

القَهْقَهَة : صوت الضاحك

الضّوضاء : اجتماع أصوات الناس والدواب

الكَرْكَرَة : صوت المعدة عند الجوع

الطنين : صوت الطُنبور ، والذباب ، والبعوض ، والنحل

النبْض : صوت القلب

القَعْقَعَة : صوت السلاح ، والجلد اليابس ، والقرطاس

الهتاف : صوت دُعاء

الكَهْكَهَة : صوت تنفُس الذي يشعر بالبَرْد

الهدير : صوت الموج ، ومحرّك السيارة

اللّغَط : أصوات مبهمة لا تُفهم

الوَغَى : صوت الجيش في الحرب

النّقْر : صوت العود

الوَقْوَقَة : صوت الكلب إذا خاف . الهَرير : صوت الكلب إذا أنكر شيئاً أو كَرِهَهُ

الهزيم : صوت الرعد كأنّه يتكسّر

الوَلْوَلَة : صوت المرأة التي تصيح : واويلاه

الوَقْع : صوت الخطى

الحِضْب والحُضْب : صوت القوس

الجُشْأة : صوت هبوب الريح عند الفجر

التذمّر : إخراج النّفَس بأنين عند عدم الرضى ، أو عند عمل أو شِدّة

الحفيف : صوت حركة أوراق الشجر والأغصان وجناح الطير والحية إذا تحرش بعضها ببعض

الحمْحَمَة : صوت الفرس أو الحصان إذا طلب العلف أو استأنس إلى صاحبه

الحنين : صوت المكروب يخرج خافياً ، وصوت الناقة تطرب لولدها ، وصوت القوس

الخَشْخَشَة : صوت حركة القرطاس ، والثوب الجديد ، والدرع ، والأوراق اليابسة

الرّنين : صوت الثكلى ، والقوس ، والفولاذ ، والمريض إذا كان خفيفاً

الزّفير : صوت النار ، والحمار ، والمَهْموم ، وصوت إخراج النّفَس بأنين

الصّرير : صوت الأسنان ، والقلم ، والسرير ، والطست ، والباب ، والنعل ، والفأر

الصّلْصَلَة والصّليل : صوت الحديد ، واللجام ، والسيف ، والدراهم ، والمسامير

الهَمْس : صوت الكلام الخافت ، وحركة الإنسان ، وأخفاف

بيرل هاربور من المعارك العالمية الشهيرة، والتي ادت إلى إقحام دول كثيرة في صراعات حربية عنيفة. فمتى كانت هذه المعركة؟ وما أهم أحداثها؟

يرجع تاريخ معركة بيرل هاربور إلى صباح السابع من ديسمبر عام ١٩٤١، وكانت هذه المعركة مفاجئة لجميع دول العالم حيث قامت اليابان بضربتها القاسية للأمريكان في بيرل هاربور(هاواي)، وذلك بدون أي إعلان أو إصدار أية بيانات عسكرية.

وقد أدى ذلك إلى شل حركة القوات البحرية الأمريكية في المحيط الهادي، حتى أصبح من الممكن جداً انتزاع مساحات وأجزاء واسعة من الأرض والبحر التابعة لأمريكا أو السيطرة والهيمنة عليها.

ومن هنا كان دخول الولايات المتحدة في الحرب العالمية الثانية. بل إن العلاقات ظلت متوترة بين الولايات المتحدة واليابان لأكثر من عشر سنوات. وكونت كل منهما حزباً من دول معينة لتقف بجانبها حيث وقعت اليابان اتفاقية مع المانيا وايطاليا، بينما وقفت بريطانيا بجانب الولايات المتحدة. لقد كان الأسطول الأمريكي في المحيط الهادي والمكون من ١٠٠ سفينة من بينها ٨ سفن حربية قد استقر عند بيرل هاربور منذ ابريل عام ١٩٤٠.

وبالرغم من أن الضباط البحريين قد حذروا من احتمال وقوع اعتداء، إلا أنه عندما حدث الهجوم الياباني كان مفاجأة لجميع الأمريكيين وقد أخذوا على غرة. حيث إنه في الساعة ٧,٥٥ صباحاً بالتوقيت المحلي الأمريكي كانت هناك ٢٠٠ طائرة يابانية مختلفة الأنواع من قاذفة للقنابل، وطوربيدو، ومقاتلة، جميعها تهاجم السفن الحربية الأمريكية وأيضاً المطارات الدفاعية.

وفي الساعة ٨,٥٠ صباحاً كانت الغارة الثانية واستغرقت عشر دقاق تقريباً. بالنسبة للخسائر الأمريكية في هذه المعركة فقد بلغت أكثر من ٢٠٠٠ بحار، و٢٠٠ جندي كما تم تدمير ثلاث سفن حربية، وانقلبت الرابعة، وحدثت عدة تلفيات في السفينة الخامسة، أما الثلاث الباقيات فقد حدث بهن تلفيات طفيفة. ومن بين السفن الاخرى ثم تدمير طرادين صغيرين، وثلاث مدمرات.

ومن بين الطائرات فقد تم تدمير ٤٢ طائرة وإتلاف ٤١ طائرة اخرى.

وبالنسبة للخسائر اليابانية فقد بلغت ٢٩ طائرة، وه غواصات صغيرة.

المُهر هو صغير الحصان

الهجاة هو صغير الضفدع

الدَغفل هو صغير الفيل

الديسم هو صغير الدّب

الفرخ هو صغير البط

الخرنق هو صغير الأرنب

الحمل هو صغير الشاه

الجِربش هو صغير الأفعى

الصوص هو صغير الدجاج

الجرو هو صغير الكلب

*تبلغ نسبة الماء في العسل الطبيعي ٢٢%

*الأفعى لا أضراس لها .

*يتطلب سلق بيضة النعامة(تزن كيلو ونصف الكيلو) من الوقت مائة دقيقة .

*الهيكل العظمي للأسماك غضروفي بالكامل .

*سكر الخشب له نفس مميزات السكر العادي ، مع أنه ليس له نفس الطعم .

*عندما يتعفن البيض يصبح محتواه من الزلال الأبيض أكثر ميوعة .

*تسمع أنثى الجندب بقوائمها .

*يأكل الحلزون أوراق الشجر عن طريق جرشها بواسطة اللسان، ويمكن أن تصل أسنان الحلزون إلى 25.000 سن

*الفئران لا تستطيع التقيؤ .

*يضاف الى بطارية السيارة حامض الكبريتيك

*دودة الأرض ليس لها عيون .

*تستطيع البومة أن تدير رأسها بشكل دائري .

*اليرسوع (يرقانة الفراشة) لها ١,٣٠٠ عضلة في جسمها .

*إن " الزايتول " مادة سكرية تستخرج من التين و الفراولة و لا تسبب التسوس

*منتج " العسل " لا يتعفن مهما طال به الزمن لأن به مادة مضادة للتعفن

جوائز نوبل من الجوائز المشهورة عالميا، أسسها الكيميائي السويدي الفريد نوبل(Alfred Nobel) ، و تخصص في عدد من العلوم الطبيعية و الإنسانية حيث تقدم في المجلات التالية (السلام ، الآداب ،

الكيمياء ، الفيزياء ، الطب)، و لكن السؤال الذي قد ينطرح هو : لماذا لا توجد جوائز نوبل في الرياضيات ؟

أحد الأسباب الشائعة للسؤال هو أنه تقدم لخطبة امرأة و كانت تخادعه و رفضته حيث فضلت عليه رجل رياضي شهير من السويد هو جوستا متاج لفلر(Gosta Mittag-Leffler)، الأمر الذي أدى إلى رفضه تقديم جائزة في الرياضيات .و الكثير من الكتاب لم يتقبلوا هذه الشائعة لعدم وجود أدلة تؤيدها، و معروف أن نوبل لم يتزوج أبدا .أما الأسباب التي من الممكن أن تبرر سبب عدم تقديم جائزة نوبل في الرياضيات فهي ثلاثة :أولا : أن نوبل لم يكن محبا للرياضيات بل و للعلوم النظرية بشكل مطلق ، و كان الرياضيات آنذاك و في منطقته لا تعتبر من العلوم التطبيقية التي تفيد البشرية ، و كان جائزته مهتمة بالإختراعات و الإكتشافات .ثانيا : جوستا متاج لفلر هو أحد الرياضيين البارزين في السويد في أواخر القرن التاسع عشر و أوائل القرن العشرين ، و هو مؤسس صحيفة (Acta Mathrmatica) في الرياضيات ، و كان رجل مهم في المجتمع و على صلة بالملكة، و كانت بينه و بين نوبل عداوة و حقد لأسباب و أخرى يعللها البعض بحسد نوبل لجوستا بسبب قربه من الملكة، و يعلل البعض بسبب كره نوبل للرياضيات، و قال أخرون أن جوستا كان لا يحب الإحتكاك بنوبل بسبب اختراعه للديناميت، و على كل حال كانت العداوة هذه سبب في رفض نوبل تقديم جائزة في الرياضيات حتى لا ينالها خصمه اللدود .ثالثا : كانت هناك جائزة معروفة مخصصة للمبدعين في الرياضيات في ذلك الوقت بالسويد ، فيحتمل أن نوبل كان على معرفة بها ، و بالتالي لم يحبذ أن تكون هناك جائزتين في مجال واحد.

هناك عبارات شائعة الاستخدام بين المتحدثين باللغة العربية، لكنه بالرجوع الى قواعد اللغى نكتشف انها خطأ

1. قل: حج البيت الحرام ، ولا تقل: الحج الى البيت الحرام
2. قل: صناعي، ولا تقل: اصطناعي
3. قل: في الوقت نفسه، ولا تقل: في نفس الوقت
4. قل: إلى الاصدقاء كافة، ولا تقل: إلى كافة الاصدقاء
5. قل: في بدء الامر، ولا تقل: في بادئ الامر
6. قل: سخر منه، ولا تقل: سخر به

*النملة تستطيع أن تحمل ٥٠ ضعف وزنها .

*أول حاسة يفقدها الإنسان عندما يموت هي حاسة البصر ثم التذوق ثم الشم ثم اللمس ثم السمع

*كمية الحديد في دم الإنسان تساوي حجم مسمار

*الكلب يستطيع أن يسمع دقات الساعة وهو على بعد ٤٠ قدم.

*الفئران لا تحب رائحة النعناع.

*أطول شجرة في العالم توجد في كاليفورينا ويبلغ طولها ٣٦٧ قدماً.

*دودة الإسكارس تبيض أكثر من مليون بيضة في الشهر و تنجب أكثر من مليون دودة

*كانت آلاسكا (الولاية الأمريكية) تابعة لروسيا حتى عام ١٨٦٧، حيث قامت الأخيرة ببيعها للولايات المتحدة مقابل مبلغ ٧٢٠٠٠٠٠ دولار، و ذلك بسبب بعدها عن موسكو حيث تبعد ما يزيد عن 8000 ميل، و في عام ١٩٥٨ أصبحت آلاسكا الولاية رقم ٤٩ من الولايات الأمريكية .

*يتناول الفيل البالغ ما يقارب من ٦٠ كلغ من الغذاء أسبوعيا، و يشرب 68لترا كل يوم.

*تم بناء سور الصين العظيم عام ٢٠٠ قبل الميلاد من قبل الإمبراطور (شيه هوانغ تي) لحماية الصين من الأعداء الذين كانوا يأتونها من الشمال، و قد استغرق بناؤه عشرات السنين و مئات الآلاف من العمال، يبلغ سمك الجدار من أسفله ٨ أمتار، و ارتفاعه ٨ أمتار، و يبلغ طوله الحقيقي ٤٨٢٧ كلم، و هو البناء الوحيد الذي يمكن رؤيته من الفضاء.

*يعتبر البنتاجون الأمريكي (مقر وزارة الدفاع الأمريكية) في واشنطن هو أضخم بناء حكومي في العالم، فهو خماسي الزوايا و الأضلاع طول الضلع الواحد ٢٨ كيلومتر، و يعمل فيه ما لا يقل عن ٢٩٠٠٠ شخص

أوائل في الرياضيات

(1)أوّل من حوّل الكسور العاديّة إلى كسور عشريّة في علم الحساب هو غياث الدين جمشيد الكاشي قبل عام ٨٤٠ هجرية/١٤٣٦ م .

(2)يعدّ العالم المسلم السموأل المغربي ، وهو عالم اشتهر باختصاصه في علم الحساب، أوّل من استعمل الأسس السالبة في الرياضيات ، وتوفي هذا العالم الفذّ في بغداد عام ١١٧٥م .

(3)إن الجذر التربيعي هو أوّل حرف من حروف كلمة جذر، وهو المصطلح الذي أدخله العالم المسلم الرياضي محمد بن موسى الخوارزمي، وأوّل من استعمله للأغراض الحسابية هو العالم أبو الحسن علي بن محمد القلصادي الأندلسي الذي ولد عام ٨٢٥ هجرية وتوفي سنة ٨٩١ هجرية وانتشر هذا الرمز في مختلف لغات العالم.

(4)أوّل من وضع أسس علم الجبر هو العالم المسلم أبو الحسن محمد بن موسى الخوارزمي ، ولد هذا العبقري الفذّ في بلدة خوارزم بإقليم تركستان في العام ١٦٤ هجرية، برع في علم الحساب ووضع فيه كتاباً له أسماه (الجبر والمقابلة) شرح فيه قواعد وأسس هذا العلم العام ، تحرف اسمه عند الأوروبيين فأطلقوا عليه (ALGEBRA) أي علم الحساب ، وتوفي عام ٢٣٥ هجرية .

(5)يبدو أن الفراعنة القدماء عرفوا حساب المثلثات وساعدهم ذلك على بناء الأهرامات الثلاثة، وظل علم حساب المثلثات نوعاً من أنواع الهندسة ، حتى جاء العرب المسلمون وطوروه ووضعوا الأسس الحديثة له لجعله علماً مستقلاً بذاته ،وكان من أوائل المؤسسين لحساب المثلثات ، أبو عبد الله البتاني والزرقلي ونصير الدين الطوسي.

أوّل من أدخل الصفر في علم الحساب هو العالم المسلم محمد بن

موسى الخوارزمي المتوفى عام235 م. وكان هذا الاكتشاف في علم الحساب نقلة كبيرة في دراسة الأرقام وتغيراً جذرياً لمفهوم الرقم .

(7)أوّل من استعمل الرموز أو المجاهيل في علم الرياضيات هم العرب المسلمون ، فاستعملوا (س) للمجهول الأول ، و (ص) للثاني و (جـ) للمعادلات للجذر .. وهكذا

(8)أوّل رسالة عن علم الرياضيات طبعت في أوروبا كانت مأخوذة من جداول العالم المسلم أبي عبد الله البتاني ، وقد طبعت هذه الرسالة الأولى عام ١٤٩٣م في اليونان .

(9)إن الأرقام التي نستعملها اليوم في كتابة الأعداد العربية ٠،١،٢،٣،٤،٥،... الخ هي أرقام دخيلة استعملها الهنود من قبل العرب بقرون طويلة ، وأول من أدخل هذه الأرقام إلى العربية هو أبو عبد الله محمد بن موسى الخوارزمي عالم الرياضيات .

(10)قام الصينيون باختراع أوّل معداد يدوي في التاريخ ، واستعانوا به على إجراء العمليات الحسابية وذلك في العام ١٠٠٠ قبل الميلاد وسموه (الأبوكس .)

(11)تم اختراع أوّل حاسوب إلكتروني يعمل بالكهرباء في عام ١٩٤٦م بالولايات المتحدة الأمريكية ، وأطلق عليه اسم (إنياك (Eniac:، وهو من حواسيب الجيل الأوّل التي تعمل بالصمامات المفرغة وتستهلك قدراً كبيراً من الكهرباء ، وهي تشغل مساحة كبيرة

لماذا نعطش؟

يحتاج الجسم إلى كمية معينة من المياه، و إحدى وظائف المخ ، هى تنظيم تلك الكمية

ففى اليوم العادى يفقد المرء حوالى نصف جالون ماء على هيئة عرق و فضلات و ما يخرج مع التنفس من بخار الماء و عند نقص المياه من الجسم يقوم المخ بإرسال إشارة الإحساس بالعطش، و بالتالى يشرب المرء لتعويض ما فقد من الماء

و لو كان الطعام حريفًا ، أو به ملح أكثر مما يحتاج إليه جسمك ، فتتم نفس العملية لتنبيه الجسم إلى وجوب إزالة الملح الزائد ، عن طريق شرب الماء.

ما عدد شعر رأس الإنسان ؟

يبلغ عدد شعر رأس الانسان العادى حوالى ١٠٠٠٠٠ ، اما الاشخاص ذوى الشعر الاحمر ، فيبلغ عدد شعر رؤوسهم٩٠٠٠٠ ، و يبلغ عدد شعر الأشخاص ذوى الشعر الاشقر ١٤٠٠٠٠ ، أما السمر فيتراوح عدد شعر رؤوسهم بين 90000 و١٤٠٠٠٠

و تسقط من ٥٠ إلى ١٠٠ شعرة يوميا من رأس كل إنسان

ما حجم القوة الناتجة عن عضلة فك الانسان ؟

تستطيع عضلة الفك ان تغلق الفم بقوة تعادل ٥٥ رطلاً على القواطع و٢٠٠ رطل على الضرس و قد تبلغ القوة المبذولة على الضرس 268 رطلاً

كم مرة تطرف (ترمش) العين ؟

تطرف عين الانسان حوالى مرة كل خمس ثوانى . و إذا حسبنا ان الانسان يكون مستيقظا ١٦ ساعة فى اليوم فيكون المعدل حوالى ١١٥٠٠ مرة فى اليوم أو ٤,٢ مليون مرة فى السنة

كيف يتذكر الانسان ؟

التذكر هو عملية تتم فى المخ لاسترجاع أو لاستعادة ما حفظه الانسان أو شاهده أو تعلمه أو جربه سابقاً، فكل شىء يحدث للانسان يترك أثراً أو تسجيلاً فى المخ، و هذا الاثر يزول ببطء، مالم يتم استدعاؤه مرة ثانية.

و هناك عدة طرق تساعد على التذكر منها:

الاستعادة : و هى محاولة تذكر الاشياء أو المعلومات أو الاحداث بصورة مجرده.

الاستعادة المصورة : و هى محاولة التذكر بربط الحادث بمشاهد أو صور أو أماكن أو اشخاص للمساعدة على التذكر.

الربط : و هو ربط الحادث المراد تذكرة بحادث آخر مماثل حدث قبلاً ، فتصبح هذه الأحداث مرتبطة ببعضها.

التذكر عن طريق السمع أو الشم : فعندما تسمع قطعة موسيقية معينة فأنها تذكرك بأول مرة سمعتها ، أو بحادث معين ارتبط سماعك لها ، أو بفترة زمنية تتذكرها كلما سمعتها

أما الرائحة فهى من الاشياء التى تساعد على التذكر ، فالشخص قد يتذكر انسان بمجرد شم رائحة العطر التى كان يستعملها كما أن هناك اماكن و بخاصة المدن السياحية تميزها رائحة معينة تذكرنا بها كلما شممنا رائحتها المميزة.

*للحوت ثقوب زوجية او فردية اعلى الرأس يتنفس بها ويتجه إلى سطح الماء، والنافورة التي يطلقها من اعلى الرأس هي عبارة عن الزفير.

*عمان عاصمة الاردن.. كان يطلق عليها اسم فيلادلفيا في العهد

الروماني

*التأمل يوميا لمدة ١٥ دقيقة يخفض ارتفاع ضغط الدم.

*يستطيع العقرب الصوم لثلاث سنوات متتالية

*ينسج العنكبوت خيطا طوله ٣٠ متر

*الجاموس لا ينام لكنه فقط يغمض عينيه

*يستطيع الفأر أن يقطع باسنانه انابيب الرصاص، وعوازل الاسلاك الكهربائية

*يتكون جسم الانسان من ٢٠ بليون خلية، تموت منها في كل ثانية ٥٠ مليون خلية في حين تولد ٥٠ مليون خلية جديدة.

الفراولة من العناصر الغذائية المفيدة جداً للجسم، ولها قيمة غذائية عاليه، فكل جرام منها يحتوي على ٣٧ سعر حراري، كما تساعد على إضفاء شكل جذاب ومشرق للوجه، وتزود الجسم بقدر كبير من الطاقة لأنها تحتوي على نسبة كبيرة من فيتامين (ج) تعادل تقريباً القيمة الموجودة في البرتقال.

ويقول خبراء الصحة الغذائية في نشرة بحثية أن الفراولة من أنواع الفواكه المفيدة جداً للبشرة بصفة خاصة لأنها تعمل على إعادة تجديد الكولاجين الذي يساعد على احتفاظ البشرة بنضارتها وشبابها ، هذا بالإضافة إلى أنها غنية

بالمعادن مثل الماغنسيوم والكالسيوم اللذين يعدان مصدراً رئيسياً وهاماً

في بناء الجسم والعظام .

وتوضح النشرة أن ميزة الفراولة أنها من أنواع الفواكه التي يقبل على تناولها الجميع صغاراً وكباراً، لشكلها الأحمر الجذاب ومذاقها الحلو وسهولة إدخالها على أنواع كثيرة من الحلويات والزبادي، كما يسهل استعمالها في العربى

أيضاً.

*أجمل قبر هو قبر (تاج محل) في الهند.

*منارة الاسكندرية في مصر من العجائب السبع قد اندثرت.

*الوليد بن عبدالملك هو أول من أنشأ مستشفى للامراض العقلية.

*يطلق (أرض الكنانة) على مصر. وقد اطلقه عمرو بن العاص لانها محفوظه بين صحراوين كما تحفظ الكنانة السهام.

*يسمّى النشيد الوطني الفرنسي (مارسياز. Marselllaise)

*أغلى نوع من الطعام هو (الكافيار)(بيض السمك) الحفش) الذي يعيش في بحر قزوين والبحر الأسود.

*سميتسون مخترع البوظة.

*يرمز غصن الزيتون إلى السلام؛ لأنّ النبي نوح (ع) عندما اطلق

الحمامة من الفلك عادت إليه بغصن زيتون عربون السلام اي إن الطوفان قد انتهى.

*الفرق بين اجلس وأقعد أن اجلس تقال للنائم وأقعد تقال للقائم.

*الفرق بين الذكاء والفطنة أن الذكاء تمام الفطنة فهو أعلى مرتبة منها.

*مثل بصمة الاصابع فكل شخص له بصمة لسان مختلفة.

*اللون المميز للزمرد هو الاخضر.

*الصفة السيئة للزمرد ان ثمنه مرتفع.

*اسم اشهر ماسة هي الكوهنيور.

*اول شعب ابتكر فكرة انشاء الحدائق هم الصينيون.

*العنبر يستخرج من أمعاء حوت العنبر وهو مادة قيمة في صناعة العطور.

*البواخر تسير في المياه الباردة بشكل أسرع من المياه الدافئة.

*هل تصدق ان ابنة شكسبير البكر كانت تجهل القراءة والكتابة!!!

جفاف العين..

إن الجلوس لساعات طويلة أمام شاشة الكمبيوتر قد يكون سببا لحدوث جفاف العين. وهذا يعود إلى أمرين رئيسيين:

الأول : إن الحملقة في الشاشة تقلل من عدد رفات الأجفان، فالمعروف إن الرفة ضرورية لفرش الدموع على سطح العين فالإنسان في الحالة العادية ترف أجفانه١٥إلى٢٠ مرة في الدقيقة ولكن أثناء العمل على الكمبيوتر تخف الرفات لتصل إلى حوالي الخمس فقط، وهو رقم قليل لا يسمح بتأمين رطوبة كافية للعين.

أما الأمر الرئيسي الآخر الذي يسبب جفاف العين خلال العمل على الكمبيوتر فهو جفاف العين نتيجة التحديق الطويل في الشاشة المضاءة الذي يساهم في تبخر الدمع.

المثلجات..

أنواع المثلجات كثيرة بألوانها ومذاقها، تختلف فيما بينها بمكوناتها ومحتوياتها، إلا أن هناك قواسم مشتركة تجمعها من الناحية الغذائية وهي:

*المثلجات غالبا ما تعج بالسكر ما يجعلها ممنوعة على البدناء وكل الذين يطبقون أنظمة غذائية بهدف التخسيس وعلى الذين يعانون من مرض السكري أن يقللوا من أكلها لأنها تملك مسعرا سكريا عاليا الأمر الذي يجعلها تمتص بسرعة وبالتالي فهي ترفع مستوى سكر الدم بشكل مفاجىء.

*ان المثلجات كثيرا ما تكون غنية بالدهون المشبعة لذا على الذين يعانون من ارتفاع الكوليسترول في الدم والمعرضين لخطر الأمراض القلبية الوعائية ان يضعوها جنبا.

*ان المثلجات غنية بالمواد المغذية اذ هي غنية بالقشطة والحليب والبيض ولهذا تستعمل لسد رمق المصابين بنقص الشهية العصبي وللأطفال والمراهقين والشيوخ الذين لا يحبون شرب الحليب ويكونون عرضه لنقص الكالسيوم.

*ان المثلجات قد يكون لها دور غذائي تكميلي لدى الذين يعانون من اضطرابات في التوازن الغذائي.

*تسبب المثلجات بعض الخدر في أغشية الفم لذلك توصف من قبل بعض الأطباء للمرضى الذين أجريت لهم عمليات جراحية في الفم (استئصال اللوزتين مثلا.)

*المثلجات تساعد على الهضم شرط أن تؤكل بروية وهدوء أما في حال ازدياداها فانها تسبب خدر في أعصاب المعدة فتصاب بالكسل وبالتالي تتراخى في العمل فينتج عن ذلك عسر الهضم.

الببغاء من دون الطيور كلها هي الوحيدة التي تستطيع تحريك منقارها لأعلى و أسفل أما الطيور الأخرى فإنها تحرك منقاراً واحداً.

*القلب يدق في الدقيقة من ٦٠ ـ ٨٠ مرة و في العام الواحد يدق ٤٠ مليون مرة.

*مسامير الحديد لا تصلح في تثبيت خشب البلوط وذلك بسبب المادة الكيماوية الموجودة في الخشب والتي تتسبب في صدأ المسامير.

*هنالك نوعا من الجليد لا ينصهر بل يتبخر، إنه الجليد الجاف.

*سكان العالم يزدادون بمعدل مليون ونصف المليون كل أسبوع .

*شجرة المانغروف، وهي شجرة استوائية ، تعد واحدة من الأنواع القليلة التي يمكن أن تنمو في المياه المالحة.

*الأول من إبريل (نيسان) يدعى عندنا كذبة إبريل ، ويسمى في بريطانيا يوم الخدعة ، وفي فرنسا يوم السمك، وفي اليابان يوم الدمية أما في أسبانيا فيدعى بيوم المغفل.

*ضغط الماء داخل كل خلية في البصلة كاف لتشغيل محرك بخاري.

*أكثر من نصف إنتاج العالم من الفضة يتم استعماله كيماويا في صنع أفلام التصوير والمرايا.

*هنالك نوعا من الأسماك يدعى بالسمك الصدفي بإمكانه ابتلاع إنسان

كامل.

*البعوض يفضل لدغ الناس ذوي البشرة البيضاء والشعر الأشقر

الأقمار الإصطناعية:

-وضع السبوتنيك وهو اول قمر إصطناعي في الفضاء في ٤ تشرين الثاني ١٩٥٧م وقد صممه الروسي كورولیف وفي تشرين الثاني تم صناعة سبوتنيك تو .

-اول قمر صناعي اميركي هو الإكسبلورير وقد أطلق في 31 كانون الثاني ١٩٥٨م.

-في ١٢ نيسان ١٩٦١م إستطاع رائد الفضاء يوري إي غاغارين الدوران حول الأرض في ١٠٨ دقائق بواسطة القمر الإصطناعي فوستوك ويعتبر أول قمر صالح للسكن.

-أول قمر إصطناعي اميركي صالح للسكن كان ميركوري وأطلقته ناسا في الخامس من آيار ١٩٦١.

-سمح القمر الإصطناعي فوسكهود بإصطحاب حيوانات على متنه وبالخروج لأول مره في الفضاء في الثامن من آيار ١٩٦٥.

-كانت سلسلة الأقمار الإصطناعيه ابولو مهتمه بإكتشاف القمر وذلك مابين أعوام ١٩٦١ و 1972 وقد إستخدمت الأقمار الإصطناعيه كوسيله

مهمه للإتصالات السلكيه واللاسلكيه وكانت ناسا السباقه في إطلاق اول قمر إصطناعي للإتصالات (ايكو) لذلك عاودت المحاوله مع القمر تلستار في العاشر من تموز ١٩٦٢.

-يعتبر القمر الإصطناعي انتلسات الذي أطلق سنة ١٩٦٤ اول وأهم محطة إتصال هاتفي ويضم ١١٧ بلداً مشاركاً.

-في مجال نقل البرامج التلفزيونيه فقد تم وضع القمر من قبل الصاروخ اريان سنة ١٩٨٣م ويعتبر التي دي اف آي اول قمر صناعي تلفزيوني للنقل المباشر وقد أطلق سنة ١٩٨٨.

-استفاد علم الفلك من هذه الأقمار الصناعيه فأول قمر إصطناعي أطلق من قبل الأمريكيين إكسبلورير سنة ١٩٥٨م والذي سمح بإكتشاف أحزمة الإشعاعات المحيطه بالأرض وتلاه عدة أقمار منها الروسي كوزموس تو سنة ١٩٦٢.

-استعملت الأقمار الصناعيه للمراقبة الأرضيه في علم الخرائط والبحث عن مصادر المياه ويعتبرالقمر إيرس ون اول قمر يهتم بالبيئه في ٢٣ تموز ١٩٧٢.

-خصصت أقمار لرصد الأحوال الجويه أولها تايروس ون الذي أطلق في الأول من نيسان سنة ١٩٦٠.

أول إعلان في التاريخ..

إن أول إعلان في التاريخ كان في شكل بيت من الشعر نظمه الشاعر ربيعة بن عامر الملقب بالدرامي فقد حضر إليه أحد التجار يشكو نفاذ كل الحمارات التي يبيعها عدا السوداء فلم يشتريها أحد منه .. فنظم الشاعر قصيدة و أرسلها لأحد الشعراء ليتغنى بها .. و كتب في مطلعها :ـ قل للعليحة في الحمار الأسود .. ماذا فعلت بناسك متعبد . ... ولما انتشرت هذه القصيدة لم تبقى واحدة لم تشتر حمار أسود فنفذت كل الحمارات لدى التاجر بل أنه باعها بسعر مرتفع....

أقدم سجادة في العالم مصنوعة من الوبر و الصوف باللونين الأحمر و الأبيض اكتشفت عام ١٩٤٧م ويعود تاريخها إلى القرن الخامس قبل الميلاد و توجد حالياً في مدينة
لينينجراد.

*الجاذبية على القمر تساوي سدس الجاذبية على الأرض.

*ليس للقمر غلاف جوي و الجبال تغطي معظم سطحه.

*عدد الحدائق الموجودة في فرنسا و التي تحتوي على عدد من الأشجار النادرة هو ٣٥ حديقة.

*عدد الآلات التي تستخدم لقص الحشائش في الولايات المتحدة ٧٠ مليون

آلة و تسبب هذه الآلات تلوث للبيئة يعادل ما تسببه ٣٠ مليون سيارة.

*نظام الحكم في اليابان إمبراطوري.

*تم تحديد خط الطول جرينتش عام ١٨٨٤ م.

*العدة التي احتل فيها الصليبيون القدس ٨٨ سنة.

*كمية الخبز الذي يلقى في سلة المهملات سنوياً من الفرنسيين هو ٤٠٠ ألف طن.

الليمون له فوائد كثيرة ويمكن تطبيقها بسهولة ..

فوائـــــــــد الليمون وعصيره :

-اضافة نقطتين من عصير الليمون على الفرشاة مع معجون الاسنان يجعل الاسنان ناصعة البياض .

-شرب اكواب من الليموناضه الحافئة يعالج نزلات البرد لاحتواء الليمون على فيتامين (ج .)

-تمرير نصف ليمونه على بشرة الوجه الدهنية بعد غسله بالماء الدافئ يعمل على انقباض المسام، ويقلل من الصفة الدهنية للبشرة .

-تدليك اظافر اليدين بعصير الليمون يخلصها من اي اصفرار ويمنع تقصفها بسهولة.

-اضافة ملعقه من عصير الليمون للارز اثناء الطهي تجعله اكثر بياضا .

-وضع قليل من عصير الليمون في الزيت المعد لقلي السمك يحد كثيرا من رائحة السمك، كما ان اضافة الليمون عند شواء الطيور والاسماك يكسبها نكهة لذيذة .

ايضا يعتبر الليمون فعال في ازالة الصدا باضافة الملح اليه في غسل الاقمشة والملابس، و ثبت ان ميكروبي الكوليرا وحمى التيفود يهلكان في محلول يحتوي على
1% من عصير الليمون لذا ينصح تعقيم مياة الشرب به عند انتشار الاوبئة ومهم ايضا لربة البيت ان تضع قليل منه عند السلق للقضاء على الميكروبات والمحافظة على الصحة.

النسيان نعمه من نعم الله سبحانه وتعالى على الانسان فلولا النسيان لما انتهت للانسان حسرة او مصيبة او حزن ولا نسى حقد حمله في صدره لأحد ولا تمتع بشيء من متاع الدنيا مع تذكر المصائب والمخاطر التي قد يعايشها في الحياة ولكن في بعض الاحيان قد يتحول النسيان الى مشكله ..

ما هو النسيان ؟

النسيان: هو عدم القدره على استحضار معلومة من المعلومات عند الحاجة إليها .

هناك ثلاثة انواع للنسيان وهي:

1ـ النسيان السلبي: يكون للإنسان دور واضح في إيجاده من خلال عدم

تركيزه على المعلومات وسطحية تعامله مع مفردات تفاصيل الحياة.

2ـ النسيان الإيجابي: وهذا النوع خارج عن إرادة الإنسان لأسباب وظروف موضوعية خاصة ومظهر من مظاهر الرحمة الإلهية على الإنسان في حالة إصابته بالمصائب والأوجاع والشدائد (ولنبلونكم بشيء من الخوف...) حيث أن هذا الإنسان لو لم ينسَ هذه المصائب لكانت الحياة مظلمة بكل أبعادها وتفاصيلها وسيجد صعوبة بالغة في استمراريتها بسبب عدم النسيان.

3ـ(التناسي): والتناسي قد يكون سلبياً في حالة تظاهر الإنسان بالنسيان وهو في الحقيقة متناس والفرق واضح حيث أن الناسي تكون صورة الشي عنده غائبة بينما المتناسي تكون الصورة عنده حاضرة ولكن لقلة اهتمامه وعدم جديته بالموضوع يصبح بحكم الناسي ولهذا المعنى أشار الباري عز وجل في القرآن (قال رب لم حشرتني أعمى وقد كنت بصيراً قال كذلك أتتك آياتنا فنسيتها فكذلك اليوم تنسى.)

الأناناس للوقاية من نزلات البرد والزكام ..

باريس: ينصح أطباء مختصون بتناول شرائح الأناناس الحلوة عند تبدل الطقس والأحوال الجوية وميلها إلى البرودة .

فقد اكتشف الباحثون في فرنسا أن شريحة واحدة من الأناناس الطازج تقلل جفاف وآلام الحلق الذي يعتبر أول أعراض نزلات البرد والأنفلونزا، وهو ما يثبت علميا فوائد استخدام هذه الثمرة لعلاج التهاب القصبات في الطب

الشعبي بالمكسيك وكمضاد للاحتقان في الطب التقليدي البرازيلي. وأوضح خبراء التغذية أن الأناناس يحتوي على كمية كبيرة من السكريات ,وغني بالمغذيات المفيدة للجسم، لذا فهو يعتبر من الفواكه ذات القيمة الغذائية الجيدة، فضلا عن أنه سهل الهضم والامتصاص، وغني بالأنزيمات التي تساعد على هضم الطعام .

ويوصي هؤلاء بتناول ثلاث حصص من الأناناس الطازج أو كوب ونصف منه مباشرة عند الشعور بوخز الحلق، مشيرين إلى أن الأناناس المعلب ليس مفيدا وغنيا بالعناصر الغذائية مثل فيتامين (سي) كالثمار الطازجة، لأن عملية معالجته وتسخينه أضعفت خصائصه العلاجية .

ويرى الأطباء أن ثمار الأناناس تفيد الأشخاص الذين يعانون من عسر الهضم أو ضعف في الجسم أو البدانة والتهابات المفاصل وتصلب الشرايين، لأنها تعتبر مهضمة جيدة ومدرة للبول ومقوية للجسم ومضادة للسموم، لاحتوائها على عدد من العناصر كحمض الليمون وحمض التفاح، والخمائر والأنزيمات الهاضمة كالبروميلين المماثلة في تأثيرها لأنزيم البيبسين الطبيعي الذي يدخل في تركيب عصارة المعدة ويساعد على الهضم، كما تحوي نسب مميزة من معادن البوتاسيوم والكالسيوم والحديد والفوسفور ، إضافة إلى الكبريت والمغنيسيوم والمنغنيز، إلى جانب عدد من الفيتامينات المهمة التي تضم (أ)، (ب)، (سي.)

وأظهرت الدراسات أن بالإمكان استخدام الأناناس كمقوي للجلد ومضاد للحساسية الأنفية، وكعلاج فعال لمن يعاني من انقراس الفقرات، ولكن لا

ينصح بها لمرضى السكري بسبب محتواها العالي من السكريات .

من جهة أخرى، ينصح الأطباء الفرنسيون بضرورة إعطاء الأطفال فيتامين (د)لحمايتهم من نزلات البرد وإصابات الرّشح والأنفلونزا مع بداية فصل الشتاء ، بعد أن أظهرت دراسة أجريت على ٥٣ طفلاً ،أن نقص فيتامين (د) يزيد خطر إصابات البرد المتكررة بنسبة تتراوح ما بين ٥,٣ - ١٤ في المائة، مشيرين إلى أن نوعا جديدا من هذا الفيتامين يؤخذ عن طريق الحقن، قد تم طرحه مؤخرا في الصيدليات تحت اسم" زيما-د."

اشتهر المعتصم العباسي باسم (المثمن) لأن الرقم ٨ لعب دوراً هاماً في حياته، فهو ثامن الخلفاء العباسيين، ودامت خلافته ثماني سنوات،وثمانية شهور، وشهد عهده ثماني فتوحات عسكرية، وترك من الأولاد ٨ أولاد، ٨ بنات، وكانت ولادته عام ١٨٠هـ في الشهر الثامن من السنة (شعبان) وتوفي وله من العمر ٤٨ سنة.

*حسان بن ثابت شاعر الرسول صلى الله عليه وسلم عاش ١٢٠ عاماً وعاش جد أبيه ١٢٠ عاماً.

*كلمة دكتور كلمة لاتينية ومعناها مهندس أو معلم، وأول جامعة منحت هذا اللقب هي جامعة بولونية إيطالية حيث منحت لقب دكتور لخريج في القانون.

*قراقوش شخصية حقيقية وليست خيالية كما يظن البعض، فقد كان وزيراً

في مصر في عهد صلاح الدين الأيوبي واشتهر بالصرامة واسمه بهاء الدين الأسري، وكان وزيراً عادلاً فحنق عليه الصليبيون واستهزءوا به، ثم توارث العوام هذا الاستهزاء عن جهل منهم حتى أصبح مثلاً يضرب للظلم على عكس الصحيح.

*أكبر جزء من فيتامينات الفاكهة يوجد في قشرها، ولذلك ينبغي أن نأكلها بقشرها كلما استطعنا ذلك.

*من التفاسير المعروفة تفسير "الجلالين" ولكن غير المعروف أن من ألفا ذلك التفسير الذي يحمل اسمهما هما (جلال المحلي – جلال السيوطي) دون أن يجلسا مع بعضهما للتشاور وأخذ الرأي، بل ودون أن يضعا خطة لتأليفه، والذي حدث أن أولهما وهو الجلال المحلي كتب تفسيره من أول سورة الكهف إلى آخر القرآن، ولم يكمله حيث وافاه الأجل، فجاء إلى تلميذه جلال السيوطي في المنام وقال له: اكمل التفسير يا جلال، فقال السيوطي: أي تفسير، قال: تفسير القرآن بدأته من سورة الكهف إلى آخر القرآن، فقال له السيوطي: وهل يجوز أن أشاركك في تأليفه، فقال له جلال المحلي في المنام :لقد اخترتك لأمانتك وحسن عبادتك وحبك لي، فقال السيوطي في المنام: سأفعل إن شاء الله. وهكذا تم تفسير الجلالين للسيوطي والمحلي (ذكره السيوطي في حسن المحاضرة.)

*هناك فرق بين (استطاع) و (اسطاع) فكلمة (استطاع) تقال للأمر الذي يبذل فيه جهداً أكبر، أما (اسطاع) فتقال للأمر الذي فيه جهد أقل، وقد اجتمعت الكلمتان في آية من سورة الكهف (فَمَا اسْطَاعُوا أن

يَظْهَرُوهُ وَمَا اسْتَطَاعُوا لَهُ نَقْباً.)

*يقولون خطأ: رأيت الوحش فاختفيت. والصواب أن تقول: رأيت الوحش فاستخفيت. قال تعالى: (يَسْتَخْفُونَ مِنَ النّاسِ وَلاَ يَسْتَخْفُونَ مِنَ اللّهِ وَهُوَ مَعَهُمْ) إنما الاختفاء: الاستخراج.

*دموع التماسيح التي يضرب بها المثل هي في الحقيقة ليست دموعاً، حيث أن عيون التماسيح ليس بها غدد دمعية كالأسماك، وأن ما نراه على عيونها ونظنه دموعاً ما هي إلا بقايا الماء الذي تعيش فيه فهي- إذن- دموع خداع زائفة، ولذا يضرب به المثل في الخداع والزيف.

*(الصندوق الأسود) والذي كثيراً ما نسمع عن بدء البحث عنه عقب الإعلان عن وقوع كارثة جوية لإحدى الطائرات لمعرفة أسباب الحادث، هذا الصندوق الأسود ليس أسود اللون كما يظن البعض، ولكن لونه برتقالي حتى يسهل العثور عليه وسط حطام الطائرة أو في أعماق المحيطات، والسبب في تسميته بالصندوق الأسود يرجع لارتباطه دائماً بالكوارث والمصائب الجوية.

*قلب الربيان في راسه.

*هل تعلم لماذا يقول لك طبيب العيون إذا كان نظرك قوياً إن نظرك ٦ على ٦ بالذات ولماذا لا يقول إن نظرك ١٠ على عشرة أو ١٠٠ على ١٠٠، والسبب في ذلك أن العين الصحيحة هي التي ترى بوضوح الأرقام

والإشارات المستعملة لفحص قوة العين من على بعد ستة أمتار فالرقم في البسط يمثل قوة العين فمثلاً ٤ على ٦ يعني أن ما يراه الصحيح من بعد ٦ أمتار تراه أنت على بعد ٤ أمتار وهكذا.

*العسل هو الطعام الوحيد الذي لايفسد.

*مافيا جزيرة صغيرة تقع بالقرب من زنجبار في شرق إفريقيا يبلغ عدد سكانها (٦) الأ ف نسمة اغرب ما في هذه الجزيرة الهادئة هو عدم وجود رجال شرطة ، ولا حتى سجن صغير.

*الخطوط الجوية الأمريكية وفرت مبلغ أربعين ألف دولار في عام ١٩٨٧م عندما ألغت "زيتونة واحدة" من كل صحن سلطة يقدم لركاب الدرجة الأولى.!!

*لا يمكن طي أي ورقة من النصف أكثر من سبع مرات.

*التفاح - وليس الكافيين - هو المنبه الأقوى، لمساعدة الإنسان على الاستيقاظ في الصباح.

*والت ديزني كان يخاف من الفئران.

*كوكب الزهرة هو الكوكب الوحيد الذي يدور مع حركة عقارب الساعة.

*كمية الدم الموجودة في جسم الرجل تفوق تلك الموجودة في جسم المرأة.. ولا علاقة لذلك بالقدرة على الإحساس.

*السعرات الحرارية التي يحرقها الانسان أثناء نومه تفوق تلك التي يحرقها أثناء مشاهدته للتلفاز.

*ما بين ٢٥إلى ٣٣% من سكان العالم يعطسون عندما يتعرضون فجأة للضوء.

*مايكل جوردن - لاعب كرة السلة العالمي - يحقق أرباحاً سنوية من إعلانات أحذية رياضية شهيرة تفوق دخل جميع موظفي وعمال شركة الأحذية هذه في ماليزيا بكاملها.

العـنـــــب وفوائـــــده..

يعتبر العنب من الفواكه ذات القيمة الغذائية والعلاجية الجيدة وقد عرف منذ قدم الزمان حيث تناوله الصينيون والهنود رغبة في القيمة الغذائية العالية، كما وقد ورد ذكره في القرآن الكريم حيث قال تعالى: {فأنبتنا فيها حباً وعنباً وقضباً} صدق الله العلي العظيم. ويوجد العنب بالألوان مثل الأبيض الأخضر وكذلك الأسود والأحمر.

القيمة الغذائية للعنب:

يتميز العنب بأنواعه باحتوائه على نسبة جيدة من المواد السكرية سريعة الامتصاص وسهلة الهضم حيث يتركز سكر الجلوكوز وسكر الفركتوز G Vitبشكل كبير ويتميز كذلك العنب بغناه بالفيتامينات مثل فيتامين ج - كما يحتوي على نسبة جيدة من العناصر المعدنية مثل Vit- B وكذلك فيتامين ب البوتاسيوم والكالسيوم والصوديوم كما يحتوي العنب على مواد ذات مفعول علاجي حيث يحتوي على مركب يعرف ب Resveratolريزفيراتول، وتتميز هذه المادة على تأثيرها الايجابي في الحد

من تصلب الشرايين حيث لها تأثير مباشر وملحوظ في تقليل نسبة الكولسترول مما تقلل الإصابة بأمراض القلب كذلك (LDL) الدم وخصوصا الكولسترول السيء يوجد في العنب بعض الأحماض التي لها دور في الوقاية من تراكم الجذور الحرة وبالتالي فيعتبر مضاداً جيداً للسرطان .

فوائد صحية للعنب:

لثمار العنب التي تؤكل مباشرة ولعصير العنب العديد من الفوائد الصحية من أهمها:

-يساهم العنب في خفض الضغط المرتفع حيث انه يعتبر مدراً للبول لاحتوائه على نسبة عالية من البوتاسيوم .

-يحد استهلاك العنب من الإصابة بالإمساك كما انه يسهل البطن ويفضل استخدامه كمسهل للأطفال يتناول عصير العنب للكبار وللصغار وهو ناجح

بشكل جيد للأطفال حيث يعتبر عصير العنب علاجا ناجحا في حالات الإمساك حيث يقوم العنب بعملية تنظيف البطن وتسهيل حركة الأمعاء .

-يخفض الحموضة وخصوصا الحموضة التي تنتج من عملية عدم سهولة الهضم أو عسر الهضم حيث يحتوي العنب على العديد من الأحماض الطبيعية ذات التأثير القاعدي حيث تعادل الحموضة حيث يعادل أو يشابه الحليب وهو أسهل من الحليب في الهضم .

-يساهم العنب في الحد من الإصابة بالسرطان حيث تشير الأبحاث إن البلاد التي يكثر فيها إنتاج العنب تكاد تكون فيها إمراض السرطان منخفضة بل معدومة لأن العنب يحتوي على العديد من العناصر الغذائية التي تساهم في إخراج المواد المسرطنة الجذور الحرة وتطرحها خارج الجسم حيث يحتوي العنب على العديد من الفيتامينات والمعادن مضادات للأكسدة مثل فيتامينات (أ، ج) وبعض العناصر المعدنية، كما يحتوي العنب على الألياف ذائبة وغير ذائبة .

-للعنب قيمة علاجية عالية وخصوصاً للأشخاص الذين يعانون من اضطرابات أو ضعف في الكلى حيث يحتوي العنب على نسبة جيدة من الماء والأملاح بكميات مناسبة كما انه يساهم بشكل جيد في عملية تصفيـــة الدم وتنقيته من السموم.

في حرب امريكا مع اليابان فشلت خطة أمريكية لتدريب " طيور الخفافيش " على إلقاء القنابل .

*وزن الأرض يساوي بالنسبة للقمر ٨٠ ضعفاً .

*يفضل تعبئة عصير البرتقال الطازج في زجاجات لونها داكن .

*عطارد الكوكب الوحيد الذي ليس له أيّ قمر .

*الأخطبوط هو الحيوان الذي يملك ثلاثة قلوب .

*أثبتت دراسات أمريكية ويابانية أن أكل السمك يقلل الكآبة .

*عدد أصابع الأسد الأمامية ١٠ أصابع، وللخلفية ٨ أصابع .

*كمية الملح في لتر ماء بحري ٢٥ غرام .

*التصنيف العلمي لنبات " الطماطم " هو : من الفواكه.

*النحل له أحد عشر (11) دماغاً .

*إذا قام المرء بعد الأرقام بلا توقف فإنه سوف يستغرق ٣١،٦٨٨ عاماً لبلوغ المليون .

*يتغير السائل في مقلة العين ١٥ مرة يومياً .

*يكون القدر الاكبر من دماغ المرء مكرساً للتحكم في الايدي بدرجة اكبرمقارنة مع أي جزء آخر من الجسم.

إنّ الدورة الدموية تبدأ من القلب وتنتهي فيه، فالقلب مضخة تنقبض لتدفع الدم عبر الشرايين، والشرايين فيها عضلات ملساء تنقبض فتساعد على دفع الدم في الأوعية حتى تصل إلى أبعد نقطة في الجسم، ابتداء من أعلى نقطة في الرأس وانتهاء بأسفل خلية في القدم، سواء كان الإنسان واقفاً على قدميه أو مقلوباً على رأسه، ثمّ تبدأ رحلة عودة الدم خلال الأوردة التي تفتقر إلى العضلات الملساء القوية، ولكنها تعتمد على بقية من قوة دفع الدم الشرياني، وضغط عضلات مجاورة للأوردة تساعد في دفع الدم إلى أعلى، كالتي توجد في الساق، أي أنّ حركة الساق (المشي أو السعي في الأرض) تنشط الدورة الدموية وتدفع الدم إلى أعلى، ويمنع من رجوعه وجود صمامات وريدية تسمح بمرور الدم إلى أعلى، ولا تسمح له بالعودة إلى أسفل، حتى يصل الدم للقلب وتغلق الدائرة لتبدأ من جديد.

يتعب القلب إذا زادت كمية الدم الذي يجب أن يضخها في الشرايين، أو أن الشرايين قد تقلصت وضاق قطرها، مما يحمل القلب مسؤولية زيادة قوة الضخ، الأمر الذي يوحي للقلب أنّه غير قادر على تأدية واجبه، فتنشط هرمونات النمو، ويزداد القلب حجماً وسمكاً، الأمر الذي يترتب عليه قلة قوة ضخه ومرونته، وهنا نقول إنّ القلب قد تضخّم، أي أصبح أكبر حجماً، ولكنه أقلّ فعالية، ويترتب على ذلك باقي المضاعفات.

ساعد قلبك وشرايينك بما تقدر عليه :

-أكثر من تناول الخضار والفواكه وخاصة تلك التي تحتوي على البوتاسيوم،

مثل الموز والبرتقال.

-قلل من الأملاح أو الأطعمة التي تحتوي على الأملاح أو قوم بتحليتها، أي بتركها بالماء مدة كافية لخروج الملح منها قبل تناولها، مثل المخللات والأجبان المالحة؛ لأنّ زيادة الأملاح في الجسم تحجز الماء وبقية السوائل، الأمر الذي يزيد من الحمل على القلب وعلى جدران الأوعية الدموية التي هي بدورها تزيد من سماكتها، ولكنها تفقد ليونتها ومرونتها وهذا ما يسمّى بتصلب الشرايين.

-قلل وزنك: خلق الله الأوزان مختلفة، لكنه خلق لكل ما يلزمه لاستمرار حياته على سطح الأرض، فإن ولد مولود وكانت قدمه طويلة فيتوقع من ذلك أنّ يكون جسم هذا المولود طويلاً أو ضخماً؛ لأنّ الله خلق له أقداماً كبيرة حتى تحمل الجسم الكبير. وإن كانت الأقدام قصيرة جداً يفهم من ذلك أنّ هذا المخلوق سيكون قصيراً. بناء على هذه القراءة نقول: إنّ الذي يزيد وزنه بدون أن يكون مهيأ لذلك الوزن، فهذه الزيادة تصبح عبئاً على القلب والمفاصل ..لأنّ القلب والمفاصل ـ مثلاً ـ خلقت لتعمل مع جسم يزن ٧٠ كجم، فإن كان الوزن ١٠٠ كجم فإنّ هناك ٣٠ كجم زيادة تتعب القلب والمفاصل والكبد والكلى و..... وتقصر عمر هذه الأعضاء وتقصر عمر الإنسان حسب علم الإنسان. وقد يقتل الإنسان نفسه مثل أن يتمارض فيمرض فيموت، وفي الأثر: "لا تتمارضوا فتمرضوا فتموتوا". فهذا زجر عن التمارض؛ لأنه يؤدي إلى الموت، فإن انتهى الإنسان عن التمارض لم يصبه الموت في هذا الباب؛ لانعدام السبب وهو التمارض. من هذا الاشتقاق نقول إن زيادة وزن الجسم هو عبء يؤدي إلى تلف الأعضاء وتقصير العمر أو الموت. والله اعلم .

-الحركة أو البديل(أي الرياضة): إنّ الحركة تؤدي إلى سرعة حركة

الدم وتنظيف الأوعية الدموية من الترسبات الدهنية، وتنشط عضلاتها وتساعد على سرعة تنظيف الجسم من السموم، وتساعد في حرق الطاقة الزائدة مما يمنع ترسبها على شكل دهون معوقة لاستمرار الحياة. والرياضة تنظم إفراز الهرمونات فتؤدي إلى تخفيض ضغط الدم وعودة الجسم إلى وضعه الطبيعي الذي خلقه الله عليه.

-عدم تناول الكحول:إن تناول الكحول يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم، وقد ارتبط ارتفاع كمية الكحول التي يتجرعها الإنسان بارتفاع ضغط الدم لديه.أما ما ينتشر في هذه الأيام من أنّ قليلاً من الكحول يساعد في تخفيض الضغط أو الكوليسترول أو .... فهذا غير صحيح، وإن كانت الدراسات العلمية صحيحة!! وتفسير ذلك أننا يجب أن نفرِّق بين الكحول والخمر.. الكحول مادة كيماوية تسمى الكحول الايثيلي أو إثانول تعمل بعد تجرعها على ذهاب العقل (من الناحية الشرعية)، أما الخمر فهو مادة مخلوطة الكحول (نسبة قليلة) ومن بقايا مكونات العنب المختمرة. فإن قيل أن تناول القليل من الخمر يؤدي إلى تقليل الكوليسترول مثلاً، فإنما مرجع ذلك إلى المادة المخمرة وليس لمادة الكحول الموجودة في الخمرة. ومثال ذلك كثير من المواد المخمرة المفيدة، مثل الأجبان والمخللات ومشتقات الصويا. وتخمير الكثير من الأغذية والأطعمة وعلى رأسها الخبز الذي نتناوله يومياً إنما هو من عجين مختمر؛ لأن عملية التخمير تكسر بعض المكونات الكيماوية المعقدة إلى مكونات ومركبات كيماوية بسيطة جديدة غير موجودة في المادة الأم.وقد وجد في الدراسات أن تناول كميات كبيرة من الخمر (الذي يحتوي على الكحول والمواد المخمرة)، أدى إلى رفع مستوى الكوليسترول؛ لأنه في هذه الحالة سيطرت فعالية الكحول، إلا أنّ تأثير المواد المخمرة في الخمرة

ثابت ولا يزداد بزيادة كميتها في حالة الكوليسترول ، وهو الذي أظهر تأثير الكحول الضار على الصحة.

-إيقاف التدخين:إنّ عملية التدخين هي دفع كمية من الدخان إلى الجهاز التنفسي الذي يتأثر موضعياً بإفساد عملية تبادل الغازات مع الدم وذوبان بعض المكونات الكيماوية الموجودة في الدخان إلى الدورة الدموية، لتوزعها بالتالي إلى خلايا الجسم كله، الأمر الذي يؤدي إلى التدخل في عمل هذه الخلايا، فيصاب القلب والأوعية الدموية ويرتفع ضغط الدم.

حماية العيون من أضرار الشمس..

بات من المعروف والمؤكد أن تناول الخضراوات والفواكه بانتظام، يحقق معظم أسباب الصحة البدنية والنفسية والعقلية، وضمن هذا الإطار، توصل العلماء إلى أن الخضراوات الورقية تساعد في حماية الجلد والعيون من أضرار الشمس.

فقد وجد الباحثون في جامعة هارفارد الأمريكية، أن مادة "لوتين"، وهي مادة قوية مضادة للتأكسد، موجودة في الخضراوات الورقية الداكنة مثل السبانخ واللفت والبروكولي، تمنع تراكم الجزيئات الضارة من السموم والشوارد الحرة في الجلد.

وأثبتت التجارب أن هذه المادة تعمل كعنصر وقائي ضد سرطان الجلد من خلال منع التلف الذي تسببه الأشعة فوق البنفسجية الضارة التي تسبب بدورها التجاعيد، بالإضافة إلى سرطان الجلد وحروق الشمس، والساد العيني والتدهور البقعي، فضلا عن تأثير تلك المادة العام على صحة البشرة وسلامتها ونضارتها.

وأوضح العلماء أن مادة لوتين هي صبغة صفراء مغطاة بالكلوروفيل

موجودة في الأوراق الخضراء، كما تتواجد بصورة طبيعية في العيون والجلد، وفي الصدر والعنق عند النساء، مشيرين إلى أنها تساعد أيضا في حماية العيون من التأثيرات المؤذية لعملية الشيخوخة.

ويوصي الباحثون بتناول كميات كافية من الخضراوات واستهلاك ستة ملليغرامات يوميا على الأقل من مادة اللوتين المفيدة أو ما يعادل ثلث كوب من السبانخ المطبوخ.

معلومات ثمينة عن الفاكهة..

الاناناس :

تحتوي على كميات كبيرة من السكر و غني جدا بالفيتامينات و الخمائر المساعدة على الهضم ٧٠ %من وزنها ماء و ٢٠% من وزنها سكر يوجد في الاناناس مادة تسمى البروميلين التي تساعد في هضم اثقل الاغذية على المعدة.... كما وجد بها الكثير من الاملاح المعدنية المفيدة مثل اليود و الفوسفور والخ.

يمنع الاناناس عن المصابين بمرض السكر

يفيد الاناس في ادرار البول و مكافحة السموم الموجودة في الدم.

البرتقال :

يحتوي البرتقال على ٨٠% من وزنه ماء و حوالي ٢% دهون و حوالي ١٠% الياف وه % مواد معدنية و احماض و حوالي ٣% سكريات وفيتامينات. يوجد في البرتقال املاح معدنية مثل الكبيرت و الفوسفور و الكالسيوم ونحاس و فيتامين سي وفيتامين بي١ وبي ٢

يساعد البرتقال على تثبيت الكلس في العظام مقاوم لامراض البرد و

يساعد على حماية الاسنان من التسوس كذلك من فوائد البرتقال انه ينشط الدورة الدموية ويقوي الكبد...

لا ينصح شرب عصير البرتقال للمصابين بقرحة المعدة و الاثنى عشر.

التفاح:

يحتوي المائة غرام من التفاح على ٨٥% من وزنها ماء - ١٢% سكر و ٩٠ وحدة من فيتامين أ - ٤٠ وحدة من فيتامين ب١ - ٢٠ وحدة من فيتامين سي - ٤ غرامات من الالياف و الكثير من الاملاح المعدنية مثل البوتاسيوم و الكالسيوم والفوسفور و الحديد - يوجد في التفاح مادة تسمى (البكتين) التي تساعد على التخلص من الحموضة و الغازات بالمعدة وكذلك يحد من ارتفاع الكوليسترول في الدم ويوقف ارتفاعة كما انه يساعد على استقرارا في سكر الدم.

يعالج التفاح الامساك و الاسهال وذلك لقدرتة على تنظيم عملية الهضم بالمعدة و الامعاء حموضة المعدة و يساعد على تفتيت حصى المرارة للوقاية من الاصابة بتصلب الشرايين يؤكل تفاحتين في اليوم. ومن فوائد التفاح انه يزيل حمض البول و ينشط الكبد ويهدىء السعال و يزيل الشعور بالتعب.

الخوخ:

يحتوي المائة غرام من الخوخ على ٨٥% من وزنها ماء و ٥ غرام سكر - ١ غرام نشويات - ١ غرام حمضيات ونصف مليغرام حديد ونصف غرام بروتين و دهون- - فوسفور - كبريت - ونسبة عالية من الفيتامينات.

يساعد الخوخ على تنشيط المعدة و يساعد على الهضم و مدر للبول

ويفيد في حالة عسر الهضم كما يساعد على ازالة حصى المثانة والبول الدموي.يحتوي قشر الخوخ على الياف ناعمة و على نسبة عالية من فيتامين أ.

يمنع اكل الخوخ عن المصابين بمرض السكر كما لا ينصح باكلة للمصابين بقرحة المعدة او المصابين بالتهابات بالامعاء

المشمش:

يحتوي المائة غرام من المشمش على املاح معدنية كثيرة خصوصا الفسفور و الحديد و الكالسيوم و البوتاسيوم و فيتامين أ و فيتامين ب و فيتامين سي و يوجد في المشمش ١٣ غرام من السكر -١ غرام بروتين - ٣٠ مليغرام دهون - ٢٠ غرام كالسيوم - ٢٠ مليغرام حديد وألياف.

يساعد المشمش في صنع كريات الدم الحمراء و ينشط حدة الابصار و يزيد من قوة الجسم الدفاعية للامراض ، مفيد المشمش في حالة فقر الدم و مفيد لوظائف الكبد و للشعر و الاعصاب و نافع للمصابين بالدم في البول و هو مفتت للحصى الكلى و المثانة و كذلك يساعد في تكوين العظام و الاغشية المخاطية.

ينصح بعدم اكلة للاشخاص المصابين بعسر الهضم او المصابين بالالتهابات الحادة في الامعاء و المعدة و عدم شرب الماء البارد بعد اكله.

العنب:

يحتوي المائة غرام من العنب على ٩٥ %من وزنه ماء - ٧ غرامت جلوكوز - ١ غرام دهون - ١٦ غرام كربوهيدرات ونصف غرام بروتين و عشرين مليغرام فيتامين C و افضل انواع العنب كبير الحجم ولونة ابيض.

العنب يعتبر منشط للعضلات و الاعصاب و مجدد للخلايا وطارد للسموم من البدن و مطهر ومدر للبول ويعتبر العنب مفيد للذين يعانون من ضعف العظام و اضطرابات الدم و داء النقرس و امراض الرئة و العصابين بالروماتيزم، كما يساعد الجسم على اختزان المواد الآزوتية و الدهنية بالجسم فتزيد بذلك من مناعتة و مقاومتة للامراض والتعب.

يجب غسل العنب جيد قبل الاكل لازالة مادة سلفات النحاس التي ترش على العنب.

الرمان:

يحتوي المائة غرام من الرمان على ٨٥% ماء - ١٠% سكر 1% - حمض الليمون - ٣% بروتين - ٢% الياف- ١ مليغرام دهون - ١٠ غرامات كالسيوم - ٣ مليغرام حديد و فيتامين C و فيتامين ب.

يفيد الرمان تقوية القلب و طارد للدودة الشريطة و مساعد في علاج الدوسنتاريا و علاج الوهن العصبي والتهاب الغشاء المخاطي واذا طبخ و شرب ساعد في علاج الاسهال ، اما قشر الرمان يدخل في صناعة الادوية لعلاج الجهاز الهضمي و قرحة المعدة واذا شرب عصير الرمان ومحلى بالعسل فانة يلين الامعاء ويزيل الامساك ويساعد في تنظيف مجاري التنفس و الصدر ويطهر الدم ، للعلاج يفضل اكل افصوص الرمان مع لبة الابيض.

الموز:

يحتوي المائة غرام من الموز على 70% من وزنه ماء و حوالي ٢٥% من وزنة نشاء و ٢٠% من وزن مائة سكر عنب وسكر قصب و دهون و

الياف و بروتين ومن الاملاح المعدنية ٦٠ مليغرام حديد و حوالي ٤٠ مليغرام و كالسيوم وبوتاسيوم وفيتامين C و فيتامين ب٢

الموز غني بالالياف التي تحمي الجسم من الاصابة بالاورام السرطانية- كما انه يحمي الجسم من فقر الدم ويساعد الجسم على افراز الملح نظرا لوجود البوتاسيوم فية- مزج عصير الموز مع الحليب يساعد في تهدئة قرحة المعدة و يعتبر الالكالسيوم الموجود في الموز اجود من الكالسيوم الموجود في الجبن و الحليب- قشر الموز يحتوي على مادة اليسراتونين و هي مادة تعتبر من مكونات الدماغ و تساعد على تهدئة الاعصاب والشعور بالارتياح،

يمنع تناول الموز على المصابين بمرض السكر وبامراض الكبد.

البطيخ :

يحتوي المائة غرام من البطيخ على ٩٠% من وزنة ماء 10 - غرامات سكر - نصف غرام بروتين - ٧ مليغرام دهون - ٩ مليغرام كالسيوم كذلك يحتوي على فيتامين أ - فيتامين سي - و حديد و مغنيسيوم و فوسفور وصوديوم وبوتاسيوم

يفيد البطيخ للمصابين بالروماتيزم و مدر للبول و علاج فعال للامساك لاحتوائة على كمية كبيرة من الالياف و عصير يقي من مرض التيفوئيد بذور البطيخ لها قيمة غذائية عالية لاحتوائه على نسبة ٤٢% من وزنها بروتين و حوالي ١٥% سكر ونشاء و حوالي 27% زلاليات

ينصح بعدم الاكثار من اكل البطيخ للمصابين بمرض السكر.

الشمام:

يحتوي العائة غرام من الشمام على٩٥% من وزنة ماء 70- مليغرام بروتين - ٢ مليغرام دهون - ٦ غرام سكر - ٥٠ مليغرم الياف و فيتامين سي و فيتامين ب٢ و الكثير من الاملاح المعدنية تفوق الموجودة في البطيخ

الشمام مفيد لادرار البول و منقي للدم ويساعد في علاج امراض الكلى و النقرس كما ان الشمام يزيل الامساك و يقاوم مرض البواسير

و يحذر اكله بكميات كبيرة حتى لايسبب بحدوث تعفن بالامعاء و ينصح بعدم تناول الشمام للاشخاص المصابين بمرض السكر او المصابين بالتهابات الامعاء الحاد او عسر الهضم.

التين:

يحتوي العائة غرام من التين على ٤٠ مليغرام من السكر و ٢٠ مليغرام الياف و ٥٠ مليغرام بروتين ٣٠ مليغرام دهون و ٢ مليغرام كالسيوم ٥٠ مليغرام حديد و فيتامين سي و فيتامين ب١ كما يحتوي على الكثير من الاملاح المعدنية مثل الفوسفور و يعتبر التين بمادة الكلس ، يعتبر التين هاضم و ملين و مدر للبول و مفيد لامراض الصدر واضطرابات المعدة و المجاري البولية.

الكمثرى:

يحتوي العائة غرام من الكمثرى على ٨٠% من وزنها ماء - ٢ غرام الحماض - ٢ غرام الياف - ٤ غرام دهون ١٥ غرام سكر - والكثير من المعادن مثل الفوسفور و الصوديوم و الزنك و النحاس و اليود و الزرنيخ و

الكبريت و نسبة عالية من البوتاسيوم وعلى مجموعة كبيرة من الفيتامينات تعتبر الكمثرى منظف قوي للمعدة و الامعاء كما ان قشرتها غنية بالاملاح المعدنية و يعتبر السكر الموجود بها لا يؤثر على المصابين بالسكر كذلك تساعد الكمثرى في التخفيف من ضغط الدم المرتفع لاحتوائه على الماغنيسيوم .

ينصح الاشخاص المصابين بامراض معوية بتقشير الكمثرى قبل اكلها لان القشرة بطيئة الهضم

*بني أبو الهول في القرن ٢٦ ق. م.

*أسرع حيوان في العالم هو الفهد الصياد فهو يستطيع أن يجري بسرعة ١١٢كم في الساعة ولكن لمسافة لا تزيد عن ٣٠٠ متر فقط.

*العنصر الوحيد المكون للماس هو الكربون الصافي.

*شعر اللحية لدى الرجل قوي جدا ويعادل في قوته ومتانته متانة سلك من النحاس في نفس قطر شعره.

*اكبر شجرة هي شجرة الخشب الاحمر ارتفاعها ٨٣ م ومحيطها عند القاعدة ٣٠ م وتوجد في امريكا .

*نمو ظفر إصبعك الوسطى هو أسرع بينما نمو ظفر إبهامك هو الأبطأ .

*الحيوان الوحيد الذي يستطيع أن يخرج معدته إلى الخارج هو نجم البحر.

*الرازي من أوائل الذين أشاروا إلى الجراحة التجميلية كفرع من فروع الجراحة.

*اصغر نبات زهري قطره ١،٥ – ٥،٧ مم واسمه وليفا ويعيش على المستنقعات .

*إذا قمت برج بيضة بشكل جيد فإن باستطاعتك أن توقفها على قاعدتها . إذ أن من خلال الرج سوف ينثقب الغشاء الفاصل بين المح والآح ، وسوف يهبط المح إلى قاع البيضة.

*يعود الفضل للساعاتي الفرنس انطوان رودية في إبتكار أول منبه صباحي وذلك في عام1847

*المذهبات هي المعلقات أو القصائد القديمة في الشعر الجاهلي و كانت تكتب بماء الذهب.

*العرب قديماً كانوا يطلقون على الذهب اسم الأصفر الرنان.

*قارن اشتهر في التاريخ القديم بأنه يحول التراب إلى ذهب.

*الذهب يوزن بالجرام و العاس بالقيراط.

*الزمرد له أسم ثان هو الزبرجد و أن التبر هو تراب الذهب.

*الذبابة تهز جناحها حوالي (٣٢) مرة في الثانية الواحدة.

*بعض النباتات تفرز سماً تقتل به النباتات المجاورة لها ليصبح الماء المتوافر لها وحدها.

*الفيل يشم رائحة الإنسان على بعد نصف كيلو متر.

*النسور لا تموت و لكنها تنتحر بسبب المرض.

*أصغر عصفور في العالم هو العصفور الذبابة.

*أقصر وقت مسرحية في العالم بلغ ٣٠ ثانية.

أرقام قرآنية

في القرآن الكريم "١١٤" سورة واكثر من ستة آلاف آية- ٦٢٣٦ آية- كل ذلك في "٣٠" جزءاً ينقسم كل منها الى "٤" اجزاء يسمى كل جزء منها بـ"الحزب"، وبذلك يضم القرآن الكريم "١٢٠" حزباً

عدد النقاط في القرآن الكريم "١٠١٥٠٣٠" نقطة- تقريباً- اما حروفه فيبلغ

عددها "٣٢٣٦٧٠" تكوّن بمجموعها "77934" كلمة قرآنية

كل سورة تتكون من جمل او مقاطع يسمى كل منه آية

سور القرآن الكريم "٨٧" منها مكية و"٢٧" منها مدنية

كل السور تبدأ بالبسملة سوى سورة "التوبة" المباركة ، وسورة النمل المباركة فيها بسملتان

سبع سور من القرآن الكريم تحمل اسماء سبعة انبياء ، وهي سورة :
يونس- هود -يوسف-ابراهيم- محمد- نوح

اطول السور سورة البقرة المباركة بـ"٢٨٦" آية واقصرها سورة الكوثر بـ"٣" آيات

سورة التوحيد- الاخلاص- هي السورة الوحيدة التي تحتوي على كسرة واحدة ، هذا بغير البسملة

سورة الحمد المباركة : هي اول سورة فيما سورة الناس آخر سورة ، وفقاً للتر! تيب المعروف في المصاحف الشريفة ، لاوفقاً لنزول السّور .. ففي هذه الحالة ستكون العلق اول السور النازلة على صدر نبينا محمد"صلى الله عليه وسلم" ، فيما كانت سورة النصر آخرها

لفظ الجلالة" الله" جل وعلا، ورد في القرآن الكريم "٢٧٠٧" مرات، "٩٨٠" في حالة الرفع و"٥٩٢" في حالة النصب و"١١٣٥" في حالة الجر

كلمة "وليتلطّف" تتوسط كلمة القرآن الكريم ، وحرف "التاء" فيها يتوسط حروفه

لكل سورة في القرآن الكريم اسم خاص بها، ولبعض السور اكثر من اسم حتى ان سورة "الحمد" المباركة لها اكثر من "٢٠" اسماً منها : الفاتحة- ام الكتاب- السبع المثاني- الكنز- الوافية- الكافية- الشافية وغير ذلك

بعض السور أخذت اسماؤها من الحروف المقطعة التي في اول السورة ، كما في سور طه- يس-ص-ق..... ثم ان السور والايات المكية هي تلك التي نزلت قبل الهجرة ، والمدنية هي النازلة بعدها .. على ان بعض العلماء يعتبرون مكية الاية او مدنيتها متعلق بمكان نزولها من غير ان يكون لذلك علاقة بالهجرة

اقصر الايات هي" :يس" في السورة المسماة بهذا الاسم .. وقيل "مدهامتان" في سورة الرحمن، لكن اطول اية هي : الثانية والثمانون ! بعد المائتين من سورة البقرة

تسع وعشرون سورة تبدأ بالحروف المقطعة

خمس سور تبدأ بـ"الحمد لـ....." وهي : الفاتحة والانعام والكهف وسبأ

وفاطر

سبع سور تبدأ بتسبيح الخالق جل وعلا "سبح -يسبح- سبحان" وهي :

الاسراء والاعلى والتغابن والجمعة والصف والحشر والحديد

ثلاث سور تبدأ بـ"ياايّها النبي" وهي : الاحزاب ، والطلاق ، والتحريم

سورتان تبدءان بـ"ياايها المزمّل" و"ياايها المدثّر" وهما : المزمل ، والمدثر

ثلاث سور تبدأ بـ"ياايها الذين امنوا" وهي : المائدة ، والحجرات ، والممتحنة

خمس سور تبدأ بـ"قل" وهي : الجن ، والكافرون ، والتوحيد ، والاخلاص ، والفلق ، والناس

سورتان تبدءان بـ"ياايهاالناس" وهما : النساء ، والحج

اربع سور تبدْان بـ"إنّا" هي : الفتح ، ونوح ، والقدر ، والكوثر

خمسة عشر سورة تبدأ بصيغة القسم وهي : الذاريات ، والطور ، والنجم ، والمرسلات ، والنازعات ، والبروج ، والطارق ، والفجر ، والشمس ، والليل ، والضحى ، والتين ، والعاديات ، والعصر ، والصافات

تحتوي (١٥) من سور القرآن الكريم على سجدة، (٤) منها! واجبة وذلك

في سور "حم فصلت" و"حم السجدة" والنجم والعلق و(١١)مستحبة في سور الاعراف والنحل ومريم والحجّ- سجدتان- والنّمل والانشقاق والرّعد والاسراء والفرقان وص

منح الطبيب الاسود الامريكي (مارتن لوثر كينغ) الذي عاش بين عامي (١٩٢٩ - ١٩٦٨) جائزة نوبل للسلام وذلك لعمله الجاد في ايجاد حلول سلمية للمشاكل العرقية الامريكية.

اشتهر كينغ لاول مرة في حركة الحقوق المدنية الامريكية عام (١٩٥٤م) عندما قاد مقاطعة النقل في مونتغمري في البانا ليجبر على انهاء التمييز العرقي في باصات المدينة ثم تخلى بعد ٦ سنوات عن منصبه البابوي ليصرف كامل انتباهه الى قضية قومه.

وعلى الرغم مما عرف عن كينغ من مقدرة قيادية مميزة لم تكن اساليبه السياسية السلمية لدعم قضية الحقوق المدنية فهوجمت افكاره من قبل مقاتلي حركة حقوق السود كما مقت محبو التمييز العنصري اهدافه فاغتاله قناص في 1968 في ولاية تنيسي.

الكحل

أوضح السجل التاريخي بأن السلالة المصرية الأولى من النساء والرجال كانوا يستخدمون مسحوق اسود يميل إلى الإخضرار لتجميل العيون، وهذا المسحوق محضر من السخام أو معدن الأنتيمون.Sb

الألماس

من منا لا يعرف الألماس، فالألماس يستخدم في ترصيع الحلي والتيجان. إلا انه تعدت استخدامات الألماس إلى ما هو اكثر من ذلك، فيمكن استخدامه لتحديد حرارة النجوم، كما يستخدمه الأطباء في المشارط الحادة لإزالة الأورام.

ويتكون الألماس من الكربون C ، وهي نفس المادة التي يتألف منها الفحم والجرافيت، باختلاف طريقة التكون، فالألماس تعرض منذ ملايين السنين في الطبقة العليا تحت قشرة الأرض إلى الحرارة والضغط الشديدين الناجمين عن الحجارة البراكنية الذائبة مما جعلها تتبلور على شكل الماس حجري.

البرونز

البرونز هي سبيكة مكونة أساساً من النحاس وبعض العناصر الأخرى، وكان يطلق على السبائك المكونة من النحاس والقصدير اسم برونز، أما الآن فأصبح يطلق على المواد الغنية بالنحاس وقليلاً من العناصر الأخرى مثل الألومينيوم والمنجنيز والسليكون.

اظهر استطلاع جرى مؤخرا في الصين ان غاز الميثان وامثاله قد اصبحت طاقة متجددة ارخص سعرا بحيث استخدمت ٨٤ الف عائلة صينية غاز الميثان فى التدفئة بدلا من الفحم والكهرباء ومحروقات اخرى .

علم من معهد بحوث الطاقة التابع للجنة الدولة للتنمية والاصلاح ان الصين طورت سلسلة من معدات توليد الكهرباء بغاز الميثان المتولد من روث المواشى والدواجن والنفايات الصناعية الى جانب تشغيل قرابة ١٠٠٠ مشروع

كبير ومتوسط لغاز الميثان بنهاية عام ٢٠٠٠ بطاقة الانتاج ٤١٠ الاف متر مكعب من غاز الميثان سنويا .

الجدير بالذكر ان اكثر من ٧٠٠ من هذه المشروعات ينتج غاز الميثان بروث المواشى والدواجن اما الباقى منها فينتج هذا الغاز باستخدام مخلفات صناعية مما يعالج ٢٠ مليون طن من المخلفات العضوية سنويا . وبفضل انخفاض تكلفة الانتاج يعد غاز الميثان ارخص طاقة مقارنة مع الطاقات الاخرى.

*الجكشت حجر نصف كريم.

*يبلغ عدد انواع الاحجار الكريمة ٤ انواع.

*الانواع الرئيسة للاحجار الكريمة هي الالماس، الياقوت، الزمرد، الفيروز.

*عمر اقدم لؤلؤة وجدت حتى الآن ٤٠٠٠ عام.

*وزن اكبر لؤلؤة في العالم ٦,٣٧ كغم.

*تمكن الانسام من تعدين الذهب وتشكيله قبل ٧٠٠٠ عام.

*الوان الكهرمان هي الاصفر والاسود.

*جسم الدودة يحوي على ٢٠٠٠ عضلة وإذا ما قورن بجسم الإنسان فجسم الإنسان يحوي علي ٧٠٠ عضلة فقط .

*الأطفال البنات ينمن بعصبية بينما ينام الأطفال الذكور بهدوء .

*هنالك نوعا من الورود في جزر الهاوي يتفتح مصدرا دويا قويا. وقد أطلق على هذه الوردة باسم (الشجرة المفرقعة النارية .)

*البعوضة لها أسنان، وعدد أسنانها ٤٧ سن وللفيل ٣٢، وللجمل ٣٤ وللكلب٤٢ .

*من عادة أهل هضبة التبت في الصين مد ألسنتهم تعبيرا عن الترحيب بالضيف .

*السلطان محمد علي الذي حكم مصر قد ألف فرقة من الجنود المشاة تضم فقط جنودا بعين واحدة .

*يبلغ طول الأوعية الدموية في الجسم إذا جعلت في خط مستقيم نحو ١٠٠ ألف ميل أي مايعادل(١٦١ ألف كم) أي أنها كافية لتلف العالم أربع مرات من منطقة خط الاستواء.

*بإمكانك رؤية النجوم وأنت في النهار، بالنظر إلى قاع بئر في وضح النهار وسترى النجوم المتلألئة .

40 *من كلمات اللغة المالطية عربية الأصل .

*تتجدد رموش عين الإنسان باستمرار، ويبلغ متوسط عمر الرمش الواحد حوالي ١٥٠ يوما .

*القدماء كانوا يعتقدون أن هنالك عصبا صغيرا يصل بين الإصبع المسماة بالبنصر في اليد اليسرى وبين القلب، وهذا العصب مسئول عن الحالة الشعورية، لذلك كان وما زال خاتم الزواج يوضع في هذه الإصبع.

*دلت الأبحاث على أن زيت النعناع يساعد على التخلص من اضطرابات الأمعاء، وذلك بسبب فاعليته كمضاد للتقلصات والتشنجات، وهو يعمل على استرخاء عضلات المعدة والأمعاء، ويعمل أيضا كمضاد بكتيري.

كيف يتذوق الإنسان؟

اللسان هو عضو حاسة التذوق عند الانسان والحيوان. وتلعب حاستا الشم والتذوق دوراً بالغ الأهمية لدى الانسان والحيوان. وكثيراً ما يساعدنا اللسان على معرفة إذا كان هذا الطعام صالحاً للأكل وهل هو طيب المذاق أم لا؟ فإذا كان ملحه قليلاً فنزيده، وإذا كان طعمه غريباً فنتجنبه. كل هذه الأسئلة نستطيع الاجابة عنها بفضل حاسة الذوق أي اللسان الذي يساعدنا على تمييز الحلو من الحامض أو المالح أو المر.
وهناك علاقة وثيقة بين حاستي الشم والتذوق، فالشم يساعدنا على تمييز نكهة الطعام عن طريق الأنف. لكن في حالة اصابتنا بزكام قوي سد أنوفنا فلا يعود بمقدورنا تذوق الطعام لأن النتوءات الصغيرة التي على

سطح اللسان تتوقف عن القيام بعملها عند الاصابة بالزكام.

ولما كانت أعضاء الحواس متصلة بالدماغ فإن براعم التذوق الموجودة على سطح اللسان متصلة أيضاً بالقشرة السحائية للدماغ بواسطة الأعصاب التي تتحول نبضاتها إلى مذاق.

وتجدر الاشارة هنا إلى أن الغريزة تلعب دوراً في عملية التذوق إذ أن الطفل يستطيع أن يميز بين المذاقات المتعددة في مرحلة مبكرة جداً من عمره.

علم الرياضيات

إنه علم تراكمي البنيان (المعرفة التالية تعتمد على معرفة سابقه).

يتعامل مع العقل البشري بصورة مباشرة وغير مباشرة ،ويتكون من : أسس ومفاهيم – قواعد ونظريات – عمليات –حل مسائل (حل مشكلات) وبرهان .. ويتعامل مع الأرقام والرموز . ويعتبر رياضة للعقل البشري حيث تتم المعرفة فيه وفقا لاقتناع منطقى للعقل يتم قبل أو بعد حفظ القاعدة ويقاس تمكن الدارس من علم الرياضيات بقدرته ونجاحه في حل المسأله (المشكلة) وتقديم البرهان المناسب .

من علماء الرياضيات

**البيروني

هو محمد بن أحمد المكنى بأبي الريحان البيروني، ولد في خوارزم عام ٣٦٢ هـ. ويروى أنه ارتحل عن خوارزم إلى كوركنج، على أثر حادث مهم لم تعرف ماهيته، ثم انتقل إلى جرجان. والتحق هناك بشمس المعالي قابوس، من سلالة بني زياد. ومن جرجان عاد إلى كوركنج حيث تقرب من

بني مأمون، ملوك خوارزم، ونال لديهم حظوة كبيرة. ولكن وقوع خوارزم بيد الغازي سبكتكين اضطر البيروني إلى الارتحال باتجاه بلاد الهند، حيث مكث أربعين سنة، على ما يروى. وقد جاب البيروني بلاد الهند، باحثاً منقباً، مما أتاح له أن يترك مؤلفات قيمة لها شأنها في حقول العلم. وقد عاد من الهند إلى غزنة ومنها إلى خوارزم حيث توفي في حدود عام ٤٤٠ هـ .

**فيثاغورث ونظريته المعروفة

ولد هذا المفكر حوالي عام ٥٨٠ ق.م في جزيرة ساموس في بحر ايجه، باليونان، وجزيرة ساموس كانت إحدى المراكز التجارية المهمة في ذلك الوقت ، كما امتازت بثقافة مميزة. وهذا أتاح لفيثاغورس، وهو ابن رجل ميسور، أن يتلقى أفضل تعليم ممكن آنذاك ، وحين بلغ السادسة عشرة من عمره بدأ
يظهر نبوغه حتى عجز أساتذته عن الإجابة على أسئلته. لذا انتقل للتتلمذ على يد طالس الملطي، أول إغريقي أجرى دراسة عملية للإعداد. أسس فيثاغورس مدرسته حوالي ٥٢٩ ق.م في كروتونا، وهي ميناء إغريقي جنوب إيطاليا كان مزدهراً في تلك الحقبة، فالتحق بها عدد كبير من الطلاب. وكانت مدرسته أقرب لأن تكون فرقة دينية من أن تكون مدرسة بالمفهوم الصحيح للكلمة. كان أعضاؤها يتعارفون بإشارة سرية، ويتشاركون في تملك جميع الأشياء، كما تعاهدوا على أن يعاون بعضهم بعضاً. تعرف نظرية فيثاغورس التي اقترنت باسمه، وتنص على أنه في المثلث قائم الزاوية، ويكون مربع الوتر، أي الضلع الأطول، مساوياً لمجموع

مربعي الضلعين الآخرين. واكتشف أيضاً مجموع الزوايا الثلاث لأي مثلث يساوي زاويتين قائمتين. كما يعتقد بعضهم أنه هو الذي فكر في جدول الضرب المعروف، بالرغم من عدم وجود ما يثبت ذلك. افتتن فيثاغورس بالأرقام، وأشهر أقواله: (كل الأشياء أرقام). وليس ذلك قولاً شاذاً، كما قد يبدو لأول وهلة، وأن كل شيء في العالم إنما يتكون من أعداد من الذرات مرتبة بأشكال مختلفة. كان فيثاغورس يفكر أن الأعداد لها أشكال كالتي نراها في (زهر) الطاولة، وفكرة تسميته الأعداد (مربعة) أو (مكعبة) إنما هي فكرته هو. لم يكن فيثاغورس مولعاً بالأعداد والهندسة فحسب وإنما بالعلوم الأخرى المعروفة، فضلاً عن شغفه بعلوم الدين لم تكن هناك كتب آنذاك منتشرة، فقد كانت الطريقة المفضلة لمواصلة الدراسة هي الارتجال ولقاء العلماء. قضى فيثاغورس عدة أعوام في مصر. وفي الخمسين من عمره كان قد تعلم الكثير فأراد إنشاء مدرسة ليعلم الآخرين. كانت دروس فيثاغورس تتناول درجات الحكمة الأربع: الحساب، الهندسة، الموسيقى، الفلك، وواجبات الإنسان نحو الآخرين، والدين ، وكان يفرض على طلابه ممارسة فضائل المروءة والتقوى والطاعة والإخلاص، أي كل ما كان ينادي به المجتمع الإغريقي المثالي. الحياة النقية في رأي فيثاغورس، تعني حياة التقشف. وهناك عدد من القواعد التي وضعها كانت أشبه بالطقوس الدينية وعلى سبيل المثال كان محظوراً على تلاميذه أن يقلبوا النار بقضيب من حديد، أو يلتقطوا ما وقع على الأرض، كانت الموسيقى لدى فيثاغورس ذات أهمية بالغة. من تعاليم فيثاغورس أن الأرض والكون مستديران، ولهذا فإن التعليم المتكامل هو الذي يجمع بين الدراسة العلمية والقواعد الأخلاقية والدين. كان تدريس فيثاغورس خليطاً من التصوف والتحليل العقلي. وانغمس الفيثاغورسيون في

السياسة، وكانوا كلما اكتسبوا مرتبة أو سلطاناً أظهروا الاحتقار للجماعات الجاهلة التي لا تستطيع أن تحيا حياة التأمل الرفيعة. وأدى ذلك إلى سقوطهم بعدما ثار الناس عليهم. توفي فيثاغورس في الثمانين من عمره، وظلت تعاليمه ونظرياته تزداد انتشاراً !! بعد مائتي عام أقام مجلس الشعب (البرلمان) تمثالاً لفيثاغورس في روما تكريماً وتقديراً وعرفاناً بوصفه حكيماً إغريقيا كبيراً " .

**الخوارزمي

هو محمد بن موسى الخوارزمي، اشتهر بالرياضيات والفلك والهندسة، توفي بعد عام ٢٣٢ للهجرة، أصله من خوارزم. ونجهل تاريخ مولده، غير أنه عاصر المأمون، أقام في بغداد حيث ذاع اسمه وانتشر صيته بعدما برز في الفلك والرياضيات .اتصل بالخليفة المأمون الذي أكرمه، وانتمى إلى (بيت الحكمة) وأصبح من العلماء الموثوق بهم. وقد توفي بعد عام ٢٣٢ هـ . ترك الخوارزمي عدداً من المؤلفات أهمها :الزيج الأول، الزيج الثاني المعروف بالسند هند، كتاب الرخامة، كتاب العمل بالإسطرلاب، كتاب الجبر والمقابلة الذي ألّفه لما يلزم الناس من الحاجة إليه في مواريثهم ووصاياهم، وفي مقاسمتهم وأحكامهم وتجارتهم، وفي جميع ما يتعاملون به بينهم من مساحة الأرضين وكرى الأنهار والهندسة، وغير ذلك من وجوهه وفنونه. ويعالج كتاب الجبر والمقابلة المعاملات التي تجري بين الناس كالبيع والشراء، وصرافة الدراهم، والتأجير، كما يبحث في أعمال مسح الأرض فيعين وحدة القياس، ويقوم بأعمال تطبيقية تتناول مساحة بعض السطوح، ومساحة الدائرة، ومساحة قطعة الدائرة، وقد

عين لذلك قيمة النسبة التقريبية ط فكانت ١/٧ ٣ أو ٢٢/٧، وتوصل أيضاً إلى حساب بعض الأجسام، كالهرم الثلاثي، والهرم الرباعي والمخروط. ومما يمتاز به الخوارزمي أنه أول من فصل بين علمي الحساب والجبر، كما أنه أول من عالج الجبر بأسلوب منطقي علمي. لا يعتبر الخوارزمي أحد أبرز العلماء العرب فحسب، وإنما أحد مشاهير العلم في العالم، إذ تعدد جوانب نبوغه. ففضلاً عن أنه واضع أسس الجبر الحديث، ترك آثاراً مهمة في علم الفلك وغدا (زيجه) مرجعاً لأرباب هذا العلم. كما اطلع الناس على الأرقام الهندسية، ومهر علم الحساب بطابع علمي لم يتوافر للهنود الذين أخذ عنهم هذه الأرقام. وأن نهضة أوروبا في العلوم الرياضية انطلقت ممّا أخذه عنه رياضيوها، ولولاه لكانت تأخرت هذه النهضة وتأخرت المدنية زمناً ليس باليسير.

*عدد الاسنان اللبنية ٢٠ سنا، وتبدأ بالبزوغ في الشهر السادس، بينما عدد الاسنان الدائمة ٣٢ سنا، وتبدأ بالبزوغ في السنة السادسة من عمر الانسان.

*سمي ضرس العقل بذلك لانه يبدأ بالظهور عند سن الرشد تقريبا في الثامن عشر.

*يوجد بفم الانسان مايقارب من ٤٠٠ نوع من الاحياء الدقيقة.

*يوجد في فم الانسان ٦ غدد لعابية كبيرة وعدة غدد لعابية اخرى صغيرة، وجميع هذه الغدد تفرز اللعاب الذي يساعد على مضغ الطعام، والكلام، ومنع تسوس الاسنان وامراض اللثة.

*البلاك عبارة عن طبقة رقيقة تتكون على الاسنان حيث يمكن ان يتكون في عدة ساعات بعد تناول الطعام والمشروبات السكرية، بينما الجير

عبارة عن بلاك متكلس ويتكون في عدة ايام واسابيع، ويعتبر البلاك هو العامل الاساسي في تسوس الاسنان ومرض اللثة، لذلك يجب تنظيف الاسنان جيدا بعد تناول الطعام والمشروبات السكرية.

*ينصح معظم اطباء الاسنان باختيار الفرشاة الناعمة جدا وعدم تفريش الاسنان بالقوة حيث من الممكن ان يؤدي الى انحسار في اللثة وتعري جذر الاسنان ,

*يجب تغيير فرشاة الاسنان عند تغير شكل اليافها فقط، وليست محددة بزمن معين.

*معظم معاجين الاسنان تحتوي على عنصر الفلورايد، وهو مادة تساعد على صحة الاسنان، وباستطاعة كل انسان اختيار ماينا سبه والاستمرار عليه مدى الحياة مادام يحتوي على هذه المادة.

*افضل طريقة لوضع معجون على الفرشاة وضعه بين ألياف الفرشاة وليس فوق الالياف.

*يجب تفريش الاسنان بعد كل وجبة واستخدام الخيط السني قبل النوم.

*يجب الاعتناء بالاسنان اللبنية عند فقد بعضها قبل عمر استبدالها بالاسنان الدائمة، يؤدي الى تحرك في الاسنان اللبنية الاخرى، وبالتالي يؤدي الى تطابق الاسنان الدائمة جيدا.

*عند سقوط السن كليا من الفك بسبب صدمة او ضربة، يجب مسك السن من التاج ووضعها في كأس من الحليب او الماء، والذهاب مباشرة الى طبيب اسنان حيث من الممكن غرسها مرة اخرى في الفك.

*نوع البكتيريا Streptococu Mntans التي تسبب تسوساً في الاسنان، هو نفس النوع الذي يؤدي الى بعض امراض القلب، لذلك يجب على مرضى القلب اخبار طبيب الاسنان بمرضهم لكي يأخذ الاحتياطات

اللازمة لسلامة صحتهم.

*زراعة الاسنان هي عبارة عن غرس وتد -بطريقة جراحية- في الفك مكون من عنصر التاتينيوم ويربط فوقه التاج المكون من البورسيلين , والسن المزروعة لايوجد بها عصب ولاتسوس.

*الشاي الخالي من السكر والموز مفيدان لصحة الاسنان، وذلك لاحتوائهما على عنصر الفلورايد.

الفراشات والضوء

الضوء لا يجلب الفراشة كما يتبادر الى ذهن الكثيرين، فكما هي الحال مع حشرات أخرى كثيرة، تعلمت الفراشة ان تتّجه في طيرانها مستعينة بأشعة متوازية من الضوء، فتسبح الفراشة في خط مستقيم بحيث تقع أشعّة الضوء على عينيها حسب زاوية ثابتة. مع ذلك، إذا كان مصدر الضوء قريباً، كضوء الشمعة مثلاً، فإن الأشعة لا تكون متوازية والسبيل الوحيد للفراشة لكي تحافظ على ذات الزاوية هو في تغير الإتجاه نحو مصدر الضوء بصورة مستمرّة، والنتيجة هي طيران لولبّي ينتهي بها في آخر المطاف في اللهيب نفسه.

كيف تستطيع البعوضة السير على سطح الماء؟

نميل إلى أن نفرق بين السوائل والأجسام الصلبة على أساس الاختلافات بينها، ولكننا إذا

فكرنا في وجه الشبه بينها لحظة لوجدنا أنه في كلتا الصورتين من صور المادة توجد قابلية

للجزيئات أن تتجاذب فيما بينها، وبينما قوة التجاذب هذه كبيرة في الأجسام الصلبة، ألا
أنها توجد في السوائل بدرجة أقل. فالجزئ في وسط السائل ينجذب بقوة متساوية في جميع
الجهات بوساطة الجزيئات المجاورة، وليس هناك قوى غير متعادلة تؤثر في الجزئ. أما
الجزيئات الموجودة على سطح السائل فتنجذب بوساطة الجزيئات الموجودة أسفلها، دون أي قوة معادلة من أعلى، فيؤدي هذا إلى قوة عند كل جزئ على السطح تجذب من السطح إلى أسفل. هذا يعنى أن كمية الجزيئات على سطح السائل تكون دائما عند الحد الأدنى المطلق. ويمكن تشبيه ذلك بأن سطح السائل كله مغطى بطبقة جلدية مرنة تحاول أن تضم نفسها بقوة وتقاوم أي محاولة لزيادة السطح. وهذه الخاصية في السوائل تسمى التوتر السطحي، وسببها التصاق جزيئات السائل بعضها ببعض. فإذا ما دفعت البعوضة على هذا السطح فإن وزنها يعمل على زيادة الطبقة المضادة للتوتر السطحي من حيث المساحة ويقاوم التوتر السطحي، أي مقاومة، لزيادة السطح عن طريق الضغط ضد أرجل البعوضة، ولذلك تبقى على سطح الماء مادام وزنها من الدرجة التي تسبب النفاذ خلال السطح وكسر الطبقة الرقيقة عليه.

سبق السيف العذل

قصة هذا المثل انه كان لرجل من الاعراب اسمه ضَبّة ابن يقال له سعيد، فلقيه الحارث بن

كعب، وكان على الغلام بردان، فسأله الحارث اياهما، فأبى عليه، فقتله واخذ برديه، فكان ان حج ضبة، فوافى عكاظ فلقي بها الحارث بن كعب، وراى عليه بردي ابنه سعيد فعرفهما، فقال له:هل انت مخبري ما هذان البردان اللذان عليك؟ قال: لقيت غلاماً وهما عليه، فسألته: اياهما فأبى عليّ فقتلته واخذتهما. فقال ضبة: بسيفك هذا؟ قال :نعم، قال: ارنيه فاني اظنه صارماً، فاعطاه الحارث سيفه، فلما اخذه هزه وقال: الحديث ذو شجون، ثم ضربه به فقتله، فقيل له ياضبة: افي الشهر الحرام؟ قال: سبق السيف العذل... فذهبت عبارته مثلاً.

لماذا يبدو القمر كأنه يتبعنا ونحن في سيارة تتحرك بسرعة على الطريق؟

بطبيعة الحال فإن اهتمام القمر بتنقلنا رد فعل سيكولوجي من جانبنا فقط. فأثناء حركتنا بسرعة على الطريق فإنه من الطبيعي أن نتوقع أن تمضى المناظر المحيطة في الاتجاه المضاد. وليس القمر إلا جزءاً من هذه المناظر المحيطة، ونحن نتوقع بطريقة لاشعورية أن يتصرف بنفس الطريقة مثل الأشجار والمنازل وغيرها من الأجسام الثابتة المرئية. والمسافة بين القمر والأرض كبيرة جداً إذا ما قورنت بالمسافة التي تقطعها سيارتنا في بضع دقائق. وهذا يعني أن الزاوية التي نرى بها القمر لاتتغير بصورة يمكن إدراكها، بينما تتحرك سيارتنا على طول الطريق. وإذا كان مسار السيارة مستقيما فإن القمر يحتفظ أساسا بنفس الزاوية بالنسبة للشخص الملاحظ. أما زاوية كل شيء آخر فإنها تتغير بسرعة بينما تندفع الأجسام إلى الخلف، ولما كان اتجاه القمر يتغير ببطء

جداً إذا ما قورن باتجاه الأجسام القريبة فإننا نتصور أن القمر يتحرك معنا باستمرار.

ويحدث نفس الشئ إذا كان الطريق في وضع تكون فيه الأجسام القريبة والبعيدة واضحة منالسيارة، وإذا اختفت الأجسام المتوسطة من الرؤية فإن الخداع يكون أكبر أثراً، ففي هذه

الظروف تظهر الأجسام البعيدة كأنها تتحرك مع السيارة ولو أنها لاتتحرك بنفس السرعة كما لو كانت تحاول اللحاق بها .ويحدث كل هذا نتيجة لأن اتجاه الجسم البعيد يتغير ببطء، في حين يتغير الجسم القريب بسرعة

عواصم الدول > = = مرجع قيم جداً

أورغواي عاصمتها منتفيدو

الأرجنتين عاصمتها بونس إيرس

أثيوبيا عاصمتها أديس ابابا

الأردن عاصمتها عمان

أرمينيا عاصمتها إيرقان

أرتيريا عاصمتها اسمره

أذربيجان عاصمتها باكو

أسبانيا عاصمتها مدريد

أستراليا عاصمتها كانبرا

أوستوانيا عاصمتها فالني

فلسطين عاصمتها القدس

أفريقيا الجنوبيه عاصمتها بريتوريا

أفريقيا الوسطى عاصمتها بانغي

أفغانستان عاصمتها كابول

البانيا عاصمتها تيرانه

أوكرانيا عاصمتها كييف

الأكوادور عاصمتها كيتو

الإمارات العربيه عاصمتها ابوظبي

المانيا عاصمتها برلين

أندونيسيا عاصمتها جاكرتا

أنغولا عاصمتها لواندا

أوزباكستان عاصمتها طشقند

أوغندا عاصمتها كمباله

إيران عاصمتها طهران

إيرلندا عاصمتها دبلن

ايسلندا عاصمتها ريكيافيك

إيطاليا عاصمتها روما

باكستان عاصمتها إسلام آباد

بنما عاصمتها بنما

البحرين عاصمتها المنامه

البرازيل عاصمتها برازيليا

البرتغال عاصمتها لشبونه

بروناي عاصمتها بندرسدي بيقاوات

بلجيكا عاصمتها بروكسل

بلغاريا عاصمتها صوفيا

بنغلاديش عاصمتها دكا

بنين عاصمتها بورتونوفو

بهوتان عاصمتها تمفو

بوتسوانا عاصمتها غابورون

بوركينافاسو عاصمتها أوغدوغو

بوروندي عاصمتها بوجومبورا

البوسنه والهرسك عاصمتها سراييفو

بولونيا عاصمتها فرصوفيا

بوليفيا عاصمتها لاباز

بيلاروسيا عاصمتها مينسك

بيرو عاصمتها ليما

تنزانيا عاصمتها دودوما

تايلاند عاصمتها بانكوك

تايوان عاصمتها تايبيه

تركمانستان عاصمتها عشق آباد

تركيا عاصمتها أنقره

تشاد عاصمتها نجامينا

التشيك عاصمتها براغ

تشيلي عاصمتها سنتياغو

توغو عاصمتها لومي

تونس عاصمتها تونس

جامايكا عاصمتها كنغستن

ايسلندا عاصمتها ريكيافيك

إيطاليا عاصمتها روما

الجزائر عاصمتها الجزائر

جورجيا عاصمتها تبيليسي

الدانمارك عاصمتها كوبنهاجن

الدومنيكان عاصمتها سنتودومنغو

راوندا عاصمتها كيغالي

روسيا الإتحاديه عاصمتها موسكو

رومانيا عاصمتها بوخارست

زائير عاصمتها كنشاسا

زامبيا عاصمتها لوساكا

زيمبابوي عاصمتها هاراري

ساحل العاج عاصمتها باموسكرو

سريلانكا عاصمتها كولمبو

السعودية عاصمتها الرياض

السلفادور عاصمتها سان سلفادور

سلوفاكيا عاصمتها براتيسلافا

سلوفينيا عاصمتها ليوبليانا

السودان عاصمتها الخرطوم

سوريا عاصمتها دمشق

السويد عاصمتها ستوكهولم

سويسرا عاصمتها بارن

سنغافوره عاصمتها سنغافوره

السنغال عاصمتها داكار

الصومال عاصمتها مقديشيو

الصين عاصمتها بكين

العراق عاصمتها بغداد

عمان عاصمتها مسقط

الغابون عاصمتها ليبرفيل

غامبيا عاصمتها بنجول

غانا عاصمتها أكرا

غينيا عاصمتها كونكري

غينيا الإستوائيه عاصمتها ملابو

فرنسا عاصمتها باريس

غينيا بيساو عاصمتها بيساو

فنزويلا عاصمتها كاركاس

فنلندا عاصمتها هلسنكي

فيتنام عاصمتها هانوي

قبرص عاصمتها بيقوسيا

الفلبين عاصمتها مانيلا

قطر عاصمتها الدوحه

كرواتيا عاصمتها زغرب

الكاميرون عاصمتها ياوندا

كمبوديا عاصمتها بنوم بنه

كندا عاصمتها أوتاوا

كوبا عاصمتها هافانا

كوريا الجنوبيه عاصمتها سيئول

كوريا الشماليه عاصمتها بينغيانغ

كوستاريكا عاصمتها سانجوزه

كولومبيا عاصمتها بوغوتا

الكونغو عاصمتها برازافيل

الكويت عاصمتها الكويت

كينيا عاصمتها نيروبي

لبنان عاصمتها بيروت

ليبيريا عاصمتها طرابلس الغرب

مالي عاصمتها بماكو

ماليزيا عاصمتها كوالالمبور

المغرب عاصمتها الرباط

مقدونيا عاصمتها سكوبيا

المكسيك عاصمتها مكسيكو

بريطانيا عاصمتها لندن

موريتانيا عاصمتها نواكشوط

موزمبيق عاصمتها مابوتو

النرويج عاصمتها أوسلو

النمسا عاصمتها فينّا

النيبال عاصمتها كتمندو

النيجر عاصمتها نيامي

نيجيريا عاصمتها أبوجا

نيكاراغوا عاصمتها ماناغوا

نيوزيلاند عاصمتها ولنغتني

الهند عاصمتها نيودلهي

هنغاريا عاصمتها بودابست

هولندا عاصمتها أمستردام

هونغ كونغ عاصمتها فكتوريا

أمريكا عاصمتها واشنطن

اليابان عاصمتها طوكيو

مصر عاصمتها القاهره

اليمن عاصمتها صنعاء

جبال فريدة

*في الشام جبلاً لونه أسود كالفحم، ورماده أبيض كالثلج النقيّ؟.!

*جبل سمرقند يقطر منه ماء في الصيف ويصير جليداً، وفي الشتاء يحترق بحرارته؟!

*جبل الطور بكرمان، إذا حفر بأرضه يخرج حجارة كصور الآدميّين، رجالاً ونساءً.

أنهار عجيبة

*النهر الواقع بين البصرة والأهواز يرتفع بعض الأوقات، ثم ينقطع ثماني سنين،ولايعرف أحد عنه شيئاً؟!

*في اليمن نهراً صغيراً يجري عند طلوع الشمس من الشرق إلى الغرب،

وعند

مغيبها يجري من الغرب إلى الشرق؟!

حقوق البقرة في سويسرا

البقرة في سويسرا تتمتّع بحقوق مدنيّة تؤمّنها لها الدولة، فلها شهادة ميلاد، تسجل في الدوائر الحكوميّة كسائر المواطنين، وإذا حصل لا أيّ حادث تتولى الحكومةالتحقيق فيه، وتلاحق الجاني كما لو كان المجني عليه إنساناً.

اختلط الحابل بالنابل

أصل هذا المثل هو ان الراعي أو المعاز، بعد موسم عشار الماعز، يعرّب القطيع فيجعل

المعاشير وهي «المعز الغزيرة اللبن» على حدة، وغير المعاشير على حدة وذلك ليبيع غيرالمعاشير على حدة ويحتفظ بالمعاشير لتدر عليه ارباحاً وافرة.

وتسمى المعاشير «حابل» وغيرالمعاشير «نابل.«

ويحدث في كثير من الاحيان ان تختلط المعاشير مع غير المعاشير فيستاء الراعي ويقول: اختلط الحابل بالنابل.

سرقات شعرية

ذكر صاحب كتاب المستطرف نبذة من سرقات الشعراء وسقطاتهم فعد منها قول قيس بن الاخطم،

وهو شاعر الاوس وشجاعها:

وما المال والاخلاق إلا معارة فما اسطعت من معروفها فتزود

وقال: كيف يخفي ما اخذه من قصيدة طرفة بن العبد، وهي معلقة على الكعبة ويقول فيها:

لعمرك ما الايام إلا معــارة فما اسطعت من معروفها فتزود

وايضاً قول عبده بن الطيب:

فما كان قيس هلكه هلك واحد ولكنــه بنيان قوم تهدمـــا

فقد اخذه من قوله امرىء القيس:

فلو انها نفس تموت شريتها ولكنها نفس تساقط انفســـا

ثم قال: وجرير على سعة تبحّره وقدرته على غرر الشعر قال:

فلو كان الخلود بفضل مال على قوم لكان لنا الخلـــود

اخذه من قول زهير وهو شعر مشهور يحفظه الصبيان وترويه النسوان وهو:

فلو كان حمد يخلد المرء لم يمت ولكن حمد المـــرء غير مخلّد

الدماء تتساقط من السماء

تلك الحادثة شديدة الغرابة، وهي هطول الدماء بغزارة من الفضاء كالأمطار، وذلك في مدينة كالابريا عام ١٨٩٠ في الخامس عشر من شهر أيّار .وجاء في العدد ٣٥/ ١٠٤ من مجلة Popular Science أن مكتب العلوم الفضائية في إيطاليا أفاد أنه ربّما يكون أحد أسراب الطيور

المهاجرة قد دمرته العاصفة لأن الدماء، بعد التحاليل العلمية التي أجريت عليها، هي حتماً دماء طيور، ولكنّ المحلّلين لم يتمكّنوا من معرفة المكان الذي سقطت فيه الهياكل العظميّة والرّيش.

نومة عبود

تقول العرب: «نومة عبود» وتضرب بها المثل، وأصل ذلك كما روى الفرّاء عن المفضل بن سلمة،

قال: كان عبّود عبداً أسود حطاباً، فبقي في محتطبه اسبوعاً لم ينم، ثم انصرف وبقي

أسبوعاً نائماً، فضرب به المثل من ثقل نومه وقال الشرفي بن القطامي، أصل ذلك ان عبوداً

تعاوت على أهله، وقال: اندبوني لأعلم كيف تندبون اذا مت، فسجّينه وندبنه، فاذا به قد

مات.

أمُّ الحرب : الراية

أمُّ الرأس وأمُّ السّمع : الدماغ

أمُّ دَرِين : الأرض المجدبة

أمُّ القوم : رئيسهم

أمُّ شملة : الشمس والدنيا والخمرة

أمُّ ليلى : الخمر

أمُّ سمحة : العنْز

أمُ طِلْبَة : العُقاب

أمُ الشرّ : تجمع كلّ شرّ على وجه الأرض

أبو المنذر وأبو يقظان : الديك

أبو الأشبال وأبو الحارث وأبو الحِرث وأبو حَفْص : الأسد

أبو مالك وأبو منهال وأبو يحيى وأبو الإصبع وأبو الأبرد : النسر

أبو محلج : القنفذ

وأبو مالك : الجوع والكِبَر

أبو عَوف : الجراد

ابن سمير : الليل الذي لا قمر فيه

ابن نعامة : الطريق

بِنْتُ الشّفَة : الكلمة

بنات الفكر : الآراء

وأبو بنات عِبَر : الكذّاب

بنو الغبراء : الفقراء .

أمُ القرى : مكة المكرّمة

أمُ الطريق : معظمها

أمُ رِعال وأمُ عِتْبان وأمُ عَتّاب : الضبع

أمُ جُندب : الداهية والغدر

أمُ عطيّة : الرّحى

أمُ اللهيم : الموت

أمُ عامر وأمُ عمرو : العقبرة والضبع والحرب

أمُ خُباب وأمُ دَرْز وأمُ وافرة : الدنيا

أمُ قَشْعَم : أنثى النسر

وأمُ كل شيء : أصله وعماده .

أبو جابر : الخبز

أبو جاد : الباطل والمستجدي

أبو مُزاحم : الفيل

أبو جعدة : الذئب

أبو عَمْرَة : الجوع

أبو لُبَيْنَى : ابليس

أبو المرأة : زوجها .

ابن ذُكاء : الصبح

ابن السُرَى : المسافر ليلاً

ابنة ابليس : لُبَيْنَى

بنات الليل : الأحلام والهموم

بنات عِبَر : الباطل

أمهات الدّر : الأطباء

أمُ الكتاب : الفاتحة والآية والقرآن

أمُ النجوم : المجرّة

أمُ جابر : السُنبلة والهريسة

أمُ عُبيد : الصحراء

أمُ الوليد وأمُ حَفْصَة : الدجاجة

أمُ عَوف : أنثى الجراد

أمُ رَجِيْه : النحلة

أمُّ غياث وأمُّ عُقْبَة وأمُّ العيال : القِدْر

أمُّ صَبّار وأمُّ صَبُّور : الداهية والحرب الشديدة

وأمُّ الخير : تجمع كلّ خير

أبو صابر : الملح

أبو عثمان : الثعبان

أبو الحُصَيْن : الثعلب

أبو الجَوْن : النمر

أبو جامع : الخُوَان "طاولة الطعام "

أبو ليلى : الضعيف

أبو الأضياف : الكريم

ابن جلا : الرفيع الشرف

ابن ابليس : لاقِيْس

ابنة الجبل : الحيّة والصدى

بنات بِئْس : الدواهي

بنات وردان : الصراصير

البُنَيّات : الأقداح الصغيرة

أسرار مثلث برمودا

الحديث عن (مثلث برمودا) مثل الحديث عن الحكايات الخرافية والأساطير الإغريقية والقصص الخالية ، ولكن يبقى الفارق هنا هو أن مثلث برمودا حقيقة واقعية لمسناها في عصرنا هذا وقرأنا عنها في الصحف والمجلات العربية والعالمية ، ويذهب بنا القول بأن مثلث برمودا يعتبر

التحدي الأعظم الذي يواجه إنسان هذا القرن والقرون القادمة

الموقع الجغرافي : غرب المحيط الأطلنطي تجاه الجنوب الشرقي لولاية فلوريدا بالولايات المتحدة الأمريكية ، وبالتحديد أكثر هذه المنطقة تأخذ شكل مثلث يمتد من خليج المكسيك غرباً إلى جزيرة ليورد من الجنوب ثم برمودا (مجموعة من الجزر ٣٠٠جزيرة صغيرة مأهلوة بالسكان 65.000نسمة) ثم من خليج المكسيك وجزر باهاما .

سبب التسمية : عرف مثلث برمودا بهذا الاسم في سنة ١٩٥٤م من خلال حادثة اختفاء مجموعة من الطائرات وكانت تأخذ شكل المثلث قبل اختفاءها وهي تحلق في السماء كما لو كانت تستعرض في الجو ومن وقتها أصبحت هذه المنطقة تعرف بهذا الاسم وظلت معروفة به ، وقد سميت هذه المنطقة بعدة أسماء منها " جزر الشيطان " " مثلث الشيطان "

نقطة الاختفاء في برمودا : في منطقة معينة شمال غرب المحيط الأطلنطي (بحر سارجاسو) حيث اشتهر بغرابته ، وهو منطقة كبيرة تتميز مياهه بوجود نوع معين من حامول البحر يسمى " سارجاسام " حيث يطفو بكميات كبيرة على المياه على هيئة كتل كبيرة تعوق حركة القوارب والسفن ، وقد اعتقد كولومبس عندما زار هذه المنطقة في أولى رحلاته أن الشاطئ أصبح قريباً إليه فكانت تشجعه على مواصلة الترحال أملاً في الوصول إلى الشاطئ القريب ، لكن كان ذلك دون فائدة .

ويتميز بحر " سارجاسو" بهدوئه التام ، فهو بحر ميت تماماً ليس به أي حركة حيث تندر به التيارات الهوائية والرياح ، وقد أطلق عليه الملاحون أسماء عديدة منها " بحر الرعب " ، " مقبرة الأطلنطي " وذلك لما شاهدوا فيه من رعب وأهوال أثناء رحلاتهم . ، وقد أشارت رحلات البحث

الجديدة إلى وجود عدد كبير من السفن والقوارب والغواصات راقدة في أعماق هذا البحر حيث يرجع تاريخها إلى فترات زمنية مختلفة منذ بداية رحلات الإنسان عبر البحار ، ومعظم هذه السفن غاصت في أعماق هذا البحر في ظروف غامضة ، هذا إلى جانب اختفاء عدد كبير من السفن والقوارب ، دون أن تترك أي أثر ، وأيضاً في أعماق هذا البحر يوجد المئات من الهياكل العظمية لبحارة وركاب هذه السفن الغارقة . بداية ظاهرة الاختفاء في برمودا : في عام ١٨٥٠م اختفت من هذه المنطقة أو بالقرب منها أكثر من ٥٠ سفينة ، استطاع بعض قادتها أن يبعثوا رسائل في لحظات الخطر ، وهذه الرسائل كانت مبهمة وغامضة ولم يستطع أحد أن يفهم منها شيئاً .

ومعظم هذه السفن المختفية تتبع الولايات المتحدة الأمريكية ، أولها السفينة" انسرجنت" التي اختفت وعلى متنها ٣٤٠ راكباً ، تلاها اختفاء الغواصة :اسكوربيون "عام ١٩٦٨م وعلى متنها ٩٩ بحاراً .

ومن السفن التي اختفت في مثلث برمودا : في عام ١٨٨٠م السفينة الإنجليزية "اتلنتا " وعدد أفرادها ٢٩٠ فرداً ، وفي عام ١٩١٨م السفينة الأمريكية "سايكلوب" وعدد أفرادها ٣٠٩ فرداً .

ظاهرة اختفاء الطائرات : وصل نشاط الاختفاء إلى سماء المحيط الأطلنطي حيث ظاهرة اختفاء الطائرات وهي تحلق في سماء الأطلنطي أو لنقل سماء برمودا .

1/ عام ١٩٤٥م انطلقت من قاعدة لوديرديل بولاية فلوريدا الأمريكية خمسة طائرات في مهمة تدريبية في رحلة تبدأ من فلوريدا (المسافة ١٦٠ميلاً شرق القاعدة ثم ٤٠ ميلاً شمالاً وكانت تطير على شكل مثلث .) عدد أفراد هذا السرب خمسة طيارين وثمانية مساعدين على قدر عال

من المهارة والخبرة ، وكان قائد هذا السرب العلازم " تشارلزتيلور " الذي يمثل رأس المثلث وفي أثناء أداء المهمة كان السرب يتجه في لحظة ما نحو حطام سفينة شحن بضائع يطفو على سطح المحيط جنوب بيميني (Bimini) وأثناء انتظار القاعدة الجوية لرسالة من) السرب ١٩) لتحديد ميناء الوصول وتعليمات الهبوط ، تلقت القاعدة رسالة غريبة من قائد السرب تقول : القائد (العلازم تشارلزتيلور) ينادي القاعدة : نحن في حالة طوارئ يبدو أننا خارج خط السير تماماً " لا استطيع رؤية الأرض ، لا استطيع تحديد المكان " اعتقد أننا فقدنا في الفضاء ، كل شيء غريب ومشوش تماماً لا استطيع تحديد أي اتجاه حتى المحيط أمامنا يبدو في وضع غريب لا استطيع تحديده "

وانقطعت بعد ذلك سبل الاتصال بين القاعدة والسرب ١٩ .

ومن الطائرات التي اختفت في مثلث برمودا :

1/ في عام ١٩٤٥م اختفت طائرتين من قاذفات القنابل تابعتين للقوات الأمريكية .

2/ في عام ١٩٤٨م اختفت طائرة الركاب البريطانية "ستارتيجر "وعلى متنها ٣١راكباً/ في عام ١٩٤٩ اختفت طائرة الركاب البريطانية "ستارأريل " وعلى متنها٣٧راكباً ٤/ في عام١٩٥٦م اختفت الطائرة (p5m) التابعة للبحرية الأمريكية مع طاقمها المكون من (عشرة أفراد .)

س : هل هناك توقيت معين لحدوث الكوارث في مثلث برمودا ؟ .

لاحظ المراقبون أن معظم الكوارث تقع في مواسم معينة أطلقوا عليها مواسم الاختفاءات وهي فترة الإجازات بين شهري نوفمبر وديسمبر

وفبراير خاصة التي تسبق بداية السنة الميلادية الجديدة أو بعدها .

التفسيرات التي تفسر لغز هذا المثلث :

1/ نظرية الأطباق الطائرة : وتقول أن هناك علاقة بين ظهورها واختفاء السفن والطائرات في هذه المنطقة .

2/ نظرية الزلازل وعلاقتها بما يحدث في مثلث برمودا : وتقول أن حدوث الهزات الأرضية في قاع المحيط تتولد عنها موجات عاتية وعنيفة ومفاجئة تجعل السفن تغطس وتتجه إلى القاع بشدة في لحظات قليلة ، وبالنسبة للطائرات يتولد عن تلك الهزات والموجات في الأجواء مما يؤدي إلى اختلال في توازن الطائرة وعدم قدرة قائدها على السيطرة عليها .

3/ نظرية الجذب المغناطيسي وعلاقتها بما يحدث في مثلث برمودا : إن أجهزة القياس في الطائرات أثناء مرورها فوق مثلث برمودا تضطرب وتتحرك بشكل عشوائي وكذلك في بوصلة السفينة مما يدل على وجود قوة مغناطيسية أو قوة جذب شديدة وغريبة.

اسباب تشكل حصيات المرارة:

اشارت دراسة جديدة اجريت في جامعة بافالو في مدينة نيورك الامريكية، إلى ان نمط الحياة الذي يتميز بقلة التمارين والحركة وزيادة تناول الشحوم الدسمة المشبعة وزيادة تناول السكريات من شأنه ان يزيد من حدوث الحصيات المرارية التي يمكن ان تسبب تشمع الكبد الصفراوي إذا سدت القناة الكبدية الرئيسية الناقلة للعفرزات الصفراوية إلى الامعاء .وأن تناول نظام غذائي قليل الدسم أو يحتوي على شحوم

دسمة غير مشبعة بالاضافة إلى اجراء التمارين الرياضية المستمرة يؤدي إلى انخفاض نسبة تشكل الحصيات المرارية بشكل ملحوظ .

حـــروق الـــعـــيـــن:

عند التعرض لإصابة العين بالسوائل الحارة (ماء أو زيت) أو بمواد الغسيل أو التطهير فعليكم إذا غسل العين لمدة طويلة بالماء البارد ١٠ دقائق على الأقل ثم توضع الكمادات الباردة على العين المغمضة وبعده يجب الإستعانة بالطبيب الأخصائي .

وتؤدي بعض المواد كالأستلين والغاز كربونيك والبروبان إلى تجمد العين ولكنها تتبخر بسرعة إذا ما حافظتم على عيونكم مفتوحة .

رائـــــحـــــة الفـــــم:

من اسبابها أمراض الأسنان ، فالأسنان التالفه تحتفظ في فجوتها بقايا الطعام . ويصعب الوصول اليها بالفرشاة وتتعرض لتفاعلات كيماوية مصحوبة بروائح كريهه.كذلك تلبيسات الأسنان والرصاص التي لم تصنع بدقه . أو وجود فراغ بين الأسنان يبقى الطعام به . كذلك بروز ضرس العقل متأخراً أو وجود بعض الجير بين الأسنان .

لتخفيف آلام الصداع:

إن تسـخين اليـدين لمعـالجة الصداع هو معروف عند الاجداد ، ولكنه فعلاً يريح الـرأس ويخـفف آلامـــه .

ونصل إلى النتيجة نفسها عند وضع الرجلـــين في المـاء الساخن ، أو عند

وضع الكمادات على الجبين ولكن عندما يكون الصداع متواصلاً يجب مراجعة الطبيب لمعرفة الأسباب ومعالجتها .

لتقوية اللثة والأسنان:

عليك بأكل تفاحة بقشرتها فهي تقوي اللثة وتطهر الأسنان .كذلك تمضمض بالماء والملح ، أو الخل يومياً .

طهي اللحوم وسرطان المعدة:

ذكرت دراسة أن تناول اللحوم المطهية لمدة طويلة يزيد مخاطر الأصابة بسرطان المعدة ثلاث اضعاف المخاطر الناجمة من تناول لحوم متوسطة الطهي.

وذكر باحثون في المعهد القومي للسرطان أن طهي اللحوم لمدة طويلة فوق سطح ساخن يسبب في انتاج مواد مسببة للسرطان

علاج لدغ الحشرات والنحل:

ينظف مكان لدغة الحشرات ثم يدلك بالثوم المفروم فهو يعمل على تطهير المكان المصاب ويقاوم سموم الحشرة التي قد تمتص إلى داخل الجسم.

أما لدغة النحل فالأنثى منها تتميز بتأثير حامضي لذلك تعالج بمحلول قلوي مثل بيكربونات الصوديم.

أما دبور النحل فيتميز بتأثير قلوي لذلك يعالج بمحلول حمضي مثل الخل أو عصير الليمون.

الحليب ينشط صحة القولون:

افادت المجلة الأمريكية للتغذية الطبية أن منتجات الحليب تقلل من سرطان القولون. حيث قام ١٨ شخص ممن اعتادوا شرب 1000 مليجرام من الكالسيوم يومياً من منتجات الحليب بالتوقف عن ذلك لمدة أسبوع ثم تمت مقارنة البراز قبل وبعد التوقف ، ووجد الباحثون زيادة واضحة في العامل الخطرالمسبب لسرطان القولون . وربما يرجع ذلك إلى أن الكالسيوم والفوسفات يقومان بالتخلص من الأحماض التي تزيد من كمية البراز.

كم عدد ارجل ام اربع واربعين ؟؟

نرى هذا الحيوان الزاحف دائما ونسميه بسبب كثرة ارجله ام اربع واربعين بل ان العراقين يسمونه (أبو سبع وسبعين) بينما يسميه الاوربيون (أبو المئة) ولم يتهيأ لأحدنا ان يحسب عدد ارجله ليعرفها بالضبط وهذا هو سبب الاختلاف في الاسم .. والحقيقه ان هذا الحيوان يمتلك اكثر من هذا العدد من الارجل فيكون له مئة رجل ولكن قد لا يتجاوز بعضها (٣) رجلا ..

ومع اننا نندهش من حيوان له مثل هذا العدد الكبير من الارجل فإنه مثل هذه المخلوقات ليست نادرة في الواقع ان هناك مجموعة كاملة تسمى الميريابودا اي الالفية الارجل لا تضم فقط ام اربع واربعين وإنما حيوان الميليبيد (الالفي) أي الحيوان ذا الالف رجل ! وهذه المخلوقات هي من اقدم الاحياء في الطبيعة اذ يقول العلماء إنها وجدت منذ ملايين السنين اي في آماد الحيوانات البائدة كالديناصور ..

تكون ارجل هذه الحيوانات على شكل زوجي ينتب كل زوج في فص من

جسم الحيوان وهو مسطح ومقسم إلى مفاصل وعندما يجري الحيوان فإنه يستطيع ان يوازن ارجله دون ان يختل ترتيبها في السير كما يحدث أحيانا حتى للانسان إذا اسرع!

في القسم القريب من رأس ام اربع واربعين توجد مجستان طويلتان وابرتان تحملان السم .. وسم الكثير من هذه الحيوانات غير مؤذ للانسان ولكن توجد في لاقاليم المدارية تنويعات مؤذية من اربع واربعين يتراوح طولها من ٨ و ١٠ بوصات (٢٠- ٢٥) وهي سامة ويمكن ان تقتل الطيور الصغيرة .. تتكاثر ام اربعة واربعين بالبيوض وتخرج صغار بعض التنويعات كاملة الارجل ولكن بعضها يبدأ بسبعة ازواج فقط ثم تضاف اليها طواقم جديدة كلما سلخ جلده حتى يكتمل العدد وتخرج ام اربعه واربعين في الليل للبحث عن طعامها اما في النهار فتختبيء تحت الصخور او الخشب..

لماذا يتنفس غطاس البحار خليطا من الهيليوم والأكسجين بدلا من الهواء الطبيعي؟!

تتكون معظم أنابيب الهواء من نيتروجين وأوكسيجين بنسبة أربعة إلى واحد . والنيتروجين غاز لا يتمتع بأي نشاط كيميائي يمر في الجسم أثناء التنفس دون أن يسبب أي تغيير كيميائيي أو تأثيرات لاحقة.

إلا أن ضغط الماء يزداد كلما ازداد العمق ، وللمحافظة على تنفس الغواص بشكل طبيعي يجب أن يزداد ضغط مزيج الهواء الذي يتنشقه . وعلى عمق نحو ثلاثين مترا ، مثلا، سيحتاج الغطاس إلى تنشق هواء يزيد ضغطه أربعة أضعاف الضغط الجوي ، وإذا كان هذا المزيج هواء عاديا ، يجب أن تقوم أنسجة الشحم في جسم الإنسان بامتصاص النيتروجين

بسرعة اكبر مما يظهر في بقية أنسجة الجسم . وبما أن الدماغ والجهاز العصبي المركزي يتكونان من الدهن والشحم بنسبة ٦٠ بالمئة . لذا يؤثر فيهما الغاز بشكل قوي ، ويعيق حركتهما العادية . وتكون النتيجة تخدير الغواص بالنيتروجين ، وهي حالة مشابهة كثيرا للثمل الناتج من شرب مادة مسكرة.

والخطر الآخر المرتبط بتنشق مزيج النيتروجين في أعماق البحار هو مرض نقص الضغط (الانحناءات). فإذا نزل الغطاس بسرعة كبيرة الى عمق البحر ، سيتمدد النيتروجين الموجود في أنسجة الدهنية ويكون فقاعة في الدماغ أو الحبل الشوكي أو المفاصل ، ويسبب عددا من الأعراض المرضية من ضمنها الشلل والألم الشديد.

ويمكن للغطاسين تجنب هاتين الحالتين عبر تنشق مزيج الهيليوم والأوكسجين بدلا من الهواء. والهيليوم أيضا غاز خامل غير نشيط ، لا يتفاعل مع أنسجة الجسم ونسبة امتصاصه أقل من نسبة امتصاص النيتروجين . إلا أنه ، يولد حرارة أكبر وأسرع من النيتروجين الأمر الذي يؤدي إلى فقدان حرارة جسم الغطاس نسبة الي درجة حرارة الماء المحيط به، لذا فإن الغطاس الذي يتنشق مزيج الهيليوم والأكسجين مضطر آلي ارتداء بزة غطس ساخنة . وأخيرا هناك سيئة أخرى لغاز الهيليوم هو تأثيره في الصوت حيث يصبح صوت متنشقه كصوت دونالد داك .. وذلك لفترة مؤقتة .

لماذا للثلج لون ابيض؟

عندما يسقط الضوء على مادة ما فإن قسماً منه يمتص من قبل المادة ، والقسم الآخر ينعكس عنها وما عدا ذلك فيمكن أن ينفذ قسم من الضوء عبر المادة. وكقاعدة فإن امتصاص الضوء من قبل مختلف المواد يتعلق بطول الموجة لدرجة كبيرة ، ولهذا نرى الأشياء من حولنا ملونة .

لنفترض أن الجسم المدروس يمتص معظم الضوء في المجال الموجي ولا يعكس سوى الأشعة الحمراء ، فمن الواضح أن سقوط أشعة الشمس على هذا الجسم سيظهره باللون الأحمر .أما إذا امتص كافة الأشعة فإنه يبدو أسود اللون ، وعلى العكس فإذا عكس الجسم كل الأشعة الساقطة عليه فإنه يظهر بلون أبيض ، وهذه هي حالة الثلج الطازج الذي يعكس أكثر من ٩٠% من الأشعة الشمسية الساقطة عليه.

فالثلج ما هو إلا جليد .ولكن الجليد لايشكل نسيجاً كتمياً متجانساً بل يحوي مسامات هوائية ، وعندما تسقط الأشعة الشمسية على السطح الثلجي فإنها تنفذ بسهولة نسبية عبر الجليديات الثلجية القريبة من السطح . أما الأشعة التي تنفذ إلى العمق فإنها لاتعطي انعاكاسات كاملة عن السطوح الكثيرة التي تفصل بين الجليد والهواء الذي يملأ المسامات الداخلية في الثلج ، ولكن عندما تتلاشى هذه المسامات فإنه يقل انعكاس الضوء بشكل ملموس لأن قسماً كبيراً من الأشعة الشمسية ينفذ إلى عمق الغطاء الثلجي ويمتص هناك .فإذا أخذنا قطعة جليد وسحقناها ، فإننا نحصل على مسحوق أبيض اللون ، وإذا نظرنا إلى نقطة ماء متجلدة نجد أنها ذات لون عاتم ، ولكن إذا أمعنا النظر حيث توجد فقاعات هوائية فيها نجد أنها ذات لون أبيض.

لماذا لا يقع العنكبوت في شباكه الخاصة ؟؟

للإجابة على هذا السؤال يجب أن نتفحص أولا معجزة هندسة نسيج العنكبوت . فمن ناحية متانة الخيوط تعتبر الخصلات الحريرية التي تكون النسيج أقوى من الفولاذ ، ولا يفوقها قوة سوى الكوارتز المصهور ، ويتمدد الخيط الى خمسة أضعاف طوله قبل أن ينقطع .

في الواقع ، فإن هذا الخيط الصغير الذي يظهر أمام العين المجردة مصنوع بالطريقة نفسها التي يصنع بها كابل الفحم ، حيث يتكون من خيوط عدة متناهية في الصغر ملتفة حول بعضها ، وقد يبلغ سمك الخيط الواحد منها(١) من مليون من الإنش . ومواد الصنع شائعة جدا ، حيث يوجد في هكتار واحد من أحد المقاطعات البريطانية مثلا ، اكثر من مليوني وربع عنكبوت . ولكل عنكبوت مغازل خاصة ، عادة يبلغ عددة ثلاثة . وهذه المغازل طبيعية موجودة اسفل البطن . ويوجد قرب كل مغزل فتحات غدة صغيرة تخرج منها المادة التي تكون الخيوط الحريرية ، وهي مادة تتشكل في غدد العنكبوت . واثناء هندسة النسيج ، يقوم العنكبوت بجمع الخيوط الثلاثة معا لتكوين خصلة قوية ومتينة .

تغزل العناكب التي تعيش خارج المنزل نوع من النسيج معروف باسم الفلك نسبة الى شكله الدائري ، وهو قطعة هندسية رائعة من الخطوط المتناسقة التي تظهر بشكل بهي جدا تحت أشعة الفجر الأولى . وأنثى العنكبوت هي التي تقوم بمهمة بناء النسيج . وتستخدم ضغط بطنها ، لتدفع الخيوط الحرارية خارج الغدد الست الموجودة في بطنها ، وتقوم بربط طرف الخيط الأول ، المعروف باسم الجسر ، بساق عشبة ما ، أو

ورقة شجر . ثم تهبط الى الأرض مع الخصلة ، وهي مستمرة بعملية الحياكة ، ثم تنزل الى الأرض وتصعد إلى نقطة أخرى مرتفعة ، لتسحب الخيط بقوة ، وتربطه في مكانه جيدا باستخدام مادة لاصقة تخرج من إحدى غددها أيضا . فتقوم أولا بتثبيت خصلة ، بشكل أفقي دائما ، ثم تسقط خيطين حريرين في كل طرف من أطراف الخيط الأول ، وذلك لتكوين جسور أخرى اقل ارتفاعا من الأولى والتي ستصبح أساس شبكة العمل . ثم تقوم بغزل خيوط عدة داخل شبكة العمل هذه ، على أن تلتقي الخيوط جميعا في الوسط . وهنا يأتي العمل الذكي ، حيث تقوم بوضع المادة اللاصقة على الخيوط الخارجية من الشبكة فقط ، وعندما تنتهي كليا من صنع الشبكة تكمل عملية وضع الغراء في الداخل وعلى بعض المقاطع فقط بحيث تترك مكانا لها لتتحرك عليه بسهوله .

بعد إنجاز الشبكة ، تقوم العنكبوته بصنع عش صغير لها بالجوار ، وعادة ما تقوم بلف ورقة شجر وتضع لنفسها بالداخل سريرا مريحا من الحرير . لأنها بالطبع قد تنتظر طويلا قبل وصول ضحيتها الأولى.

واخيرا تقوم بوصل خيط انذار بين عشها والنسيج ، كي تشعر بأي اهتزاز قد يحدث على النسيج نتيجة سقوط أي حشرة عليه. وعند حدوث هذا الاهتزاز تسرع الى وسط النسيج لتعرف الشيء الذي ستتعامل معه . وبسبب الضعف الحاد في الرؤية عندها ستعتمد العنكبوته على حواسها الأخرى لتحديد صفات الفريسة . فإذا كانت ضخمة ومميتة تطلق سراحها من بعيد ، اما إذا كانت كبيرة ولا تؤكل ، كاليعسوب ، فستلفها بخيوط الحرير من بعيد أيضا ،باستخدام عضو متخصص آخر ، هو الغدة العنقودية

الشكل . تجهد الحشرة الفريسة نفسها بمحاولة التخلص من الشرك ، بعد ذلك تبدأ العنكبوته بالتقدم نحوها عبر الخيوط الآمنة التي تركتها لنفسها دون مادة لاصقة ، وإذا صدف أن أخطأت مرة ووضعت أرجلها على المادة اللاصقة فإن جسمها سيفرز مادة كالزيت تعمل كمحلل كيميائي للغراء ، يساعدها على التحرر من جديد.

لماذا تعمل السيارة بشكل أفضل في يوم بارد؟!

نلاحظ أن السيارة تسير في يوم دافئ ، تزداد سرعتها فجأة إذا انتقلت إلى منطقة باردة . فما هو السبب؟

الحقيقة أن أداة السيارة يتحسن فعلا . وهناك خطأ شائع حيث يعتقد الناس أن السيارة تسير على الوقود . والحقيقة أن السيارة تعمل بمزيج من أكسجين الهواء الجوي والوقود ، ونادرا ما تزيد كمية الوقود على جزء واحد مقابل ١٤ جزءا من المزيج كله.

وأهم عامل يتحكم بأداء السيارة هو فعالية "التنفس" . وتعمل جميع أجزاء السيارة من زر التشغيل إلى المكربن إلى مداخل الصمامات ، على تأمين هذا الهدف.

ومن المعروف أن الهواء البارد أثقل من الهواء الساخن . عندما تدخل السيارة في منطقة باردة ، فإن عدد ذرات الأكسجين التي تدخل غرفة الاحتراق تزداد كثيرا . بالإضافة إلى ذلك فإن بخار الماء في الهواء البارد يحافظ على برودة المزيج المحترق ويؤمن كتلة كثيفة من الغازات لعملية الاحتراق . وبالتالي فإن الطاقة الناتجة من الاحتراق ستكون أكبر ، وبذلك

ستزيد فعالية وطاقة السيارة . لهذا السبب نجد أن نتائج تجربة السيارات عند صنعها تتضمن دائما شرحا مفصلا لدرجة الحرارة والرطوبة في الجو .

وهذا أحد أسباب اختلاف أداء السيارة الواحدة في المناطق المختلفة ويميل صانعو السيارات إلى تجربة سياراتهم وتسجيل نتائجها في الأيام الباردة.

لماذا يفسد الحليب بسرعة أثناء عاصفة رعدية؟

نعرف أن الطقس الدافئ يؤدي إلى إفساد طعم الحليب (حموضته) ، إذا تركناه خارج الثلاجة . وتحدث هذه العملية بسبب وجود كائنات متناهية الصغر تسمى بكتريا اللاكتيك والموجودة في الحليب بشكل دائم . إن ارتفاع درجة حرارة الجو تزيد معدل نمو هذا النوع من البكتريا ، والتي تقوم بإنتاج الحمض من اللاكتوز (السكر الموجود في حليب الثدييات). إن ازدياد كمية حمض اللاكتوز تؤدي إلى انفصال بروتين الكاسين وأملاح الحمض في الحليب وتسمى هذه العملية تخثر الحليب ، حيث يصبح الحليب حامضا.

وتحدث هذه العملية عادة خلال ساعات ، لكن عند هبوب العواصف الرعدية تتم بسرعة أكبر .والسبب في ذلك ، أو جزء من السبب ، هو أن دورة مياه العاصفة تستمر من ساعة إلى ساعتين فقط ، وتبدأ بوجود كمية من الهواء الدافئ في محيط من الهواء الأبرد . عندها يبدأ الهواء الدافئ في الارتفاع مكونا خلية العاصفة غير المستقرة والمتجهة إلى الأعلى.

ومع زيادة تركيز الهواء الساخن في مكان معين ، تنطلق الحرارة لتصبح كتلة الهواء كلها أسخن ، ولكن ذلك يستغرق وقتا قبل الوصول إلى نقطة معينة تصبح الكمية كلها مماثلة للهواء المحيط بها من حيث الحرارة.

وأثناء تكون خلية العاصفة ، تتشكل غيمة (سحابة) متكونة من أكداس مساحة من السحب الصغيرة ذات القاعدة المسطحة ، وتتمدد قاعدتها لتغطي مساحة أربعة أميال (حوالي ٦،٤٣ كيلومتر) ويبلغ ارتفاعها ٣٠ ألف قدم أو اكثر.

تبدأ داخل السحابة حركة قوية من الشحنات الموجبة والسالبة ، وتتراكم بعد ذلك بشكل قطرات ماء (بوجود ذرات الغبار) وتستمر العملية هذه حسب أحوال الطقس فتتطور أحيانا ليسقط الثلج.

بعد تراكم عملية بناء الشحنات الكهربائية داخل السحابة ، تصل هذه الشحنات إلى مرحلة حاسمة جدا ، تعتمد على نوعية الأغلبية من الشحنات وعلى المسافة الفاصلة بينهما . وعندما تصل قوة الحقل الكهربائي داخل السحابة إلى مليون فولت في المتر الواحد يبدأ صدور شرارات كهربائية تتمثل في حدوث البرق (انظر لماذا لا يقوم الموصل الجيد للبرق بتوصيل البرق أبدا؟)
ويحدث تفريغ الشحنات الكهربائية من جزء إلى آخر داخل السحابة نفسها ، لكن أحيانا بين السحب المختلفة فوق الأرض . وهنا يحدث العامل الذي يؤثر على الحليب ويفسده .

عند انطلاق السحب الرعدية فوق الأرض ، تحمل معها شحنات كبيرة من الأيونات السالبة . ويسير بنفس اتجاهها لكن على الأرض . وعندما تقترب الشحنتان من بعضها البعض ، ينزل عمود من الإلكترونيات من السحب فتقابله الشحنات الموجبة المتصاعدة من الأرض . عندما يلتقي الاثنان معا ، يحدث تفريغ كهربائي.

أثناء سير الشحنات الموجبة على الأرض ، تقوم باستمالة وإثارة الذرات الموجودة في طريقها مما يتسبب في إطلاق تفاعلات كهربائية تصدر طاقة بشكل حرارة . وارتفاع درجة الحرارة هنا تكون قليلة وموجزة لكنها كافية جدا السريع عملية تخثر الحليب.

لماذا تتساقط أوراق الأشجار؟

قليلة هي عجائب الطبيعة التي تضاهي ورق الأشجار ورعة وجمالا وتعقيدا . لكنها أروع من أن تكون مجرد قطعة جميلة . إنها تحفة من تحف الهندسة الطبيعية التي تطورت عبر ملايين السنين ، تصنع الطعام للنبات الذي يحملها وتؤمن الغذاء لجميع حيوانات الأرض وللبشر أيضا.

والأوراق هي الأجزاء المتفرعة من الجذع أو الساق ، تتكون من نفس الألياف والأنسجة التي يتطور منها البرعم . وتتكون ورقة النبتة من سطح أخضر عريض متباين الأشكال ، يرتبط بالساق بعرق صغير . يتفرع داخل سطح الورقة مجموعة من العروق المتفرعة نحو الخارج ، التي تنقل المواد الغذائية إلى أنسجة الورقة ، وتدعمها كما تدعم الضلوع جسم الإنسان.

وتعرف هذه العملية باسم " عملية البناء الضوئي " التي تعتبر المفتاح الرئيسي لقدرة النبتة على إنتاج الطعام . وتتكون جميع النباتات من اليخضور الكلوروفيل ، وهي صبغة خضراء تمتص أشعة الشمس ، وتمكن النبات من بناء الكربوهيدرات من ثاني أوكسيد الكربون الجوي ومن الماء.

وتذهب كل هذه المواد الكيميائية إلى البناء الداخلي للورقة ، التي تحميها طبقة من الجلد النباتي ، وهو مرتبط بجلد الساق ، مما يمنع دخول أي عنصر مؤذي من الخارجي.

ويحتوي الجزء الداخلي من الورقة خلايا طرية الجدران . يتكون خمسها من مادة الكلوروبلاست الذي يحتوي على مادة الكلوروفيل التي تمتص ضوء الشمس . وتفرز هذه الخلايا الإنزيمات – وهي البروتينات التي تفرزها الخلايا الحية – والتي تمثل المادة المحفزة في التفاعل الكيميائي الذي تعتمد عليه حياة النبتة.

وعند بدء عملية البناء الضوئي ، تقوم هذه الأنزيمات بالتعاون مع طاقة أشعة الشمس بكسر الماء إلى عنصرين هامين وهما الهيدروجين والأوكسجين . وينطلق الأوكسجين الناتج عن عملية البناء الضوئي ثغرات خاصة موجودة على سطح ورقة النبات ، ليحل مكانه الأوكسجين الذي امتصته النبتة أثناء عملية التنفس . وفي نفس الوقت ، فإن الانزيمات تتحد مع الهيدروجين المنطلق من الماء ومع ثاني أوكسيد الكربون لتكون الكربوهيدرات التي تعتبر أساس حياة النباتات والحيوانات وبالتالي الإنسان . لذا ، يمكننا أن نقول أن التفاعل الكيميائي الذي يحدث داخل الورقة ،

وهو عنصر حيوي جدا للحياة على الأرض . وهنا نعود إلى سؤالنا الأصلي حول سبب تساقط أوراق الأشجار في فصل الخريف . وتحدث هذه الظاهرة مرة في السنة في الأشجار الموسمية وكل سنتين أو ثلاثة في الأشجار الدائمة الإخضرار .

وستجد الإجابة عن السؤال ، في أولويات في حياة الورقة . فرغم أنها تشارك بدور فعال في العالم المحيط بها ، إلا أن واجبها الرئيسي هو في دعم أمها الشجرة ، وعلى الأخص في مرحلة معينة من النمو ، حين لا تكون الشجرة قادرة على امتصاص الغذاء الكافي لها من التربة . ورغم أن عملية إنتاج السكر تستمر باستمرار حياة النبتة ، إلا أنها لا تكون ضرورية جدا في طور النمو.

إن تساقط الأوراق في مختلف أنواع الأشجار ، يحدث بسبب ضعف المنطقة التي تربط الأوراق بساق النبتة أو البرعم . وتأخذ الطبيعة مجراها فيتم سقوط الأوراق عندما يصبح النهار قصيرا فتبطئ عملية البناء الضوئي وتقل كمية الضوء الواصلة إلى الأوراق .وعندما يحدث ذلك ، تتكون خلايا طرية عبر قاعدة العنق الواصل بين الورقة والساق ، فتسقط الورقة . ويلتئم الجرح بسرعة لأن الخلايا الطرية تغلق الساق الجريح وتحول دون فقدان المزيد من المواد الغذائية ، وهو أمر خطير في أشهر الشتاء الباردة والتي يقل فيها الضوء والغذاء.

لماذا تقوم دودة الخشب بمهاجمة الأنواع القديمة من الخشب الرقائقي وتتجنب الأنواع الحديثة؟

كانت المحاولات الأولى لصنع الخشب الرقائقي (وهو عبارة عن طبقات مغراة من الخشب مضغوطة فوق بعضها البعض لتشكل قطعة واحدة من الخشب دون ظهور ما يمسكها) سيئة من ناحية القوة والقدرة على التماسك وتحمل الاستخدام . وكانت عرضة دائما لغزو دود الخشب . أما الأنواع الحديثة التي ظهرت في بداية الستينات كانت رائعة وقوية ولا تعاني أي مشاكل . فما هو السبب ؟

كان النجارون يستخدمون في ما مضى أنواعا عديدة من الغراء المستخرج من منتجات حيوانية ، واحد اشهر الأنواع المستخدمة في صنع الأدوات الخشبية ، كان مستخرجا من الحليب . واشهر نوع آخر من الغراء ، كان يستخرج من طهي عظام الحيوانات (الماشية) وغليها جيدا مع الماء . هنا ندرك سبب مشاكل الأخشاب فيما بعد . لأن الغراء فيها كان يمتص الماء بقوة شديدة ، الأمر الذي يفسد القطعة المصنوعة من الخشب الرقائقي.

لكن ماذا عن دودة الخشب؟

دودة الخشب هي العدو اللدود للمفروشات الخشبية ، حيث يؤدي وجودها الى تخريب كبير في جذوع الأشجار المقطوعة المكونة للقوارب والاطواف والمفروشات المنزلية . وهذه الديدان لا تلتهم مفروشاتك نتيجة حقد مسبق ، لكنها تفعل ذلك لتوليد طاقة كافية لتعيش وتتكاثر بحيث تناضل لبناء المواد الغذائية التي تحتاجها.

ومن بين أهم المجموعات الغذائية التي تحتاجها هي مركبات النيتروجين المكونة لبروتينات البناء . وتفتقر الأخشاب الى هذا النوع ، لذا تضطر الدودة الى التهام كمية كبيرة من الخشب نسبة الى حجمها طبعا . وبشكل عام ، فإن دود الخشب يلتهم أي نوع من الأخشاب ، قاسيا كان أم هشا ، وبالطبع فإن الطاقة الكبيرة التي تنفقها الدودة في التهام الخشب القاسي يقابلها كمية اكبر من المجموعات الغذائية التي تأخذها . ولو أن الأمر كان بهذا الشكل ، لتخصص الدود في أنواع معينة من الأخشاب ، بسبب ما تقدمه من مواد غذائية . لكن الحقيقة تختلف ، فدود الخشب يتبع قواعد عامة . ومع تدخل الإنسان عند صنع الخشب الرقائقي واستخدام الغراء الحيواني الأصل اصبح يقدم للدود بروتينا هاما جاهزا للالتهام . فلا عجب أن ينجذب الدود نحو هذا النوع . فلا بد أن الأمر كان بالنسبة لهم مساويا لمنظر طبق به شريحة لحم مشوية أمام إنسان جائع جدا.

لكن للأسف لا يوجد ما يسمى بالطعام المجاني ، إذ أن الوضع لا يستمر الى الأبد . ومع زيادة استخدام أنواع الغراء الصناعية المعقدة بدءا من الستينات ، فإن الأنواع الجيدة من الخشب الرقائقي أصبحت ممتازة من ناحية المتانة ومقاومة الماء وفي الوقت نفسه ، فإن دود الخشب فقد فرصته السهلة في وجود البروتين الجاهز بحيث اصبح الأمر بالنسبة لهذا النوع شيئا من الماضي.

لماذا نرسم الخرائط والشمال نحو الأعلى؟!

تتفق جميع الجهات المسؤولة عن رسم الخرائط – خصوصا في العصر الحديث – على رسم الشمال في الجهة العلوية، لكن هذا الأمر لم يكن

صحيحا دائما.

بدأت عملية رسم الخرائط مع إنسان الكهف – حيث قام برسم أساليب الصيد وأماكنها وقد ضم إليها أحيانا بعض ملامح تميز المكان جغرافيا.ورسالتهم، بغض النظر عن أي إشارة كانوا يفكرون بها في ذلك الحين، واضحة وبسيطة: هنا، وفي هذا الوقت من السنة ، يوجد طعام وفير.

وأقدم خريطة مقبولة ومعروفة في العالم مرسومة على طاولة من الطين في العام ٣٨٠٠ قبل الميلاد ، وتوضح نهر الفرات الذي يتدفق شمال بلاد ما بين النهرين – العراق. وكانت تلك الخريطة والكثير من سواها مجرد رسومات تضم ملامح محلية عن بيئات مختلفة.

واستمر ذلك قرونا عدة حتى بدأ قدماء الإغريق بوضع أسس واضحة لعلم الفلك والحساب والخرائط.

وفي مقدمة الرواد الإغريق في مجال الفلسفة وعلم الحساب . كلاوديوس بطليموس المعروف ببتولمي (٩٠ – ١٦٨ بعد الميلاد). وكان أول من رسم خريطة للعالم المتحضر، مرتكزة على المعلومات المتوفرة وليس على مجرد احتمالات . قبل ذلك كان البابليون قد حاولوا رسم خريطة العالم، لكنهم قدموها بصورة طبق مسطح وليس شكل كروي ، وهو الشكل الذي اقتبسه بطليموس لاحقا عنهم . وبالطبع فإن المعلومات التي كانت متوافرة في ذلك الوقت أدت به إلى الوقوع في أخطاء عدة أثناء رسم

خريطة الأرض ، مثل رسم الجزر الإنكليزية – إنجلترا واسكتلندا – متصلة ببعضها البعض، كما قام بتقدير مساحة الصين والمحيط الأطلسي بشكل مبالغ فيه. لكن على الرغم من كل هذا ، كانت خريطته دليلا على جهد كبير قام به ، لأنه أرفق الخريطة بمرشد في الجغرافيا مقسم إلى ثمانية أجزاء، وفيه قام بتلخيص أعمال من سبقه من العلماء والجغرافيين . وبقيت مؤلفاته مرجعا لأكثر من ألف عام. وفي الحقيقة نجد أن كريستوفر كولومبوس استخدم منه جزءا حيث اتجه للبحث عن العالم الجديد، الأمر الذي سبب له بعض المتاعب نتيجة خطأ بطليموس في تقدير حجم المحيط الأطلسي، وعدم علمه أساسا بوجود المحيط الهادي.

والمهم في خريطة بطليموس هو أنه رسم الشمال في الأعلى، ذلك لأنه قرر حينها أن يكون شرق الخريطة نحو النجم القطبي، وهو اختيار منطقي جدا، لأن النجم القطبي كان دليلا غير متحرك يرشد الرحالة أثناء سفرهم في تلك العصور.

وبقي موضوع وجود الشمال في الجهة العلوية من الخريطة دون جدال حتى بداية العصور الوسطى .فاستمر العلماء برسم الخريطة حسب تعليمات بطليموس على الرغم من معارضة الكنيسة، إلا أن الوضع لم يبق طويلا على ما هو علية، فقد أصبحت القدس مركز المسيحية من كل أقطار الأرض، وبذلك انتقل الشرق ليصبح في أعلى الخرائط.
وقد اشتهرت تلك الخرائط بأنها ثلاثية، حيث لا تظهر إلا أوروبا وآسيا وأفريقيا المفصولة عنها بالبحر المتوسط ونهر النيل.

ولم تكن تلك الخرائط ذات نفع للملاحين.ثم بدأت معالم الخرائط الدقيقة تتضح مع بداية القرن الرابع عشر، حيث زادت عملية الاستكشاف والتجارة البحرية، وبدأ الاعتماد جديا على البوصلة المغناطيسية، وهي آلة كان الفايكنغ أول من استخدمها بشكلها البدائي. ومرة اخرى، عاد الشمال إلى موقعه الصحيح أعلى الخرائط لتكون جميع المعالم مرتبطة بمغناطيسية الشمال.

وقد تم رسمها بشكل دائم لأول مرة في العام ١٥٦٩، حين قام أشهر رسام خرائط في تاريخ البشرية Gerardus Mercator of Flandersبتطوير شكل أسطواني يتقاطع فيه الخطوط الشمالية الجنوبية، وكان ذلك الشكل أول مجسم يظهر الأرض منحنية على سطح خريطة مسطحة.

لماذا يحافظ ورق الألمنيوم على الأشياء ساخنة (او باردة)؟

تنتقل الحرارة بثلاث طرق : التوصيل – بالنقل أو الحمل – بالإشعاع.

التوصيل: هو عبارة عما يحدث عند وجود مادة ساخنة مع مادة أبرد، حيث تنتقل الحرارة وبشكل طبيعي من المادة الأسخن. فإذا وضعت يدك في وعاء فيه ماء باردا ستصبح يدك أبرد، وسيصبح الماء بعد ذلك دافئا اكثر.

النقل الحراري :تزداد حرارة الهواء الموجود حول مادة ساخنة، عن طريق عملية النقل الحراري. والهواء الساخن أقل كثافة من الهواء البارد لذا فإنه يرتفع ليحل مكانه الهواء البارد الموجود في الأعلى، (انظر لماذا

يرتفع البالون المنفوخ بالهواء الساخن؟) وتستمر العملية على هذه الحال حتى تبرد حرارة هذا الشيء أو المادة وتصبح معادلة لجو الغرفة .

(عمل أجهزة التدفئة المركزية بنظام النقل الحراري، وما لم تصبغها باللون الأسود غير اللماع، سيكون من المنطقي أكثر ان تسميها "أجهزة التسخين الحراري)"

الإشعاع الحراري: رغم أن كل الحرارة الصادرة عن مدفأة الفحم أو الخشب التقليدية تنطلق الى الخارج عبر المدخنة عن طريق النقل الحراري، إلا أن الدفء الذي يعم الغرفة ينتقل عن طريق الإشعاع الحراري. (هذا النوع من الإشعاع لا يحتاج الى وسط ناقل، مما يعني أن الأشياء مثلا في مكنسة كهربائية ستبرد، فتتمكن بالتالي من نقل الحرارة المحيطة بها الى أشياء أخرى رغم عدم وجود إمكانية للتسخين عبر الحمل أو التوصل الحراري. ولو لم تكن هذه الحالة مقبولة علميا لما تمكنت الشمس من تسخين الأرض)

إن الأسطح اللماعة والألوان الفاتحة تعتبر مواد قليلة الإشعاع بحيث تمتص الحرارة مقارنة بالأسطح الداكنة والكئيبة الألوان. والأمثلة على صدق هذا الكلام كثيرة في حياتنا اليومية. فنحن نلاحظ أن غطاء خزان ماء التبريد الموجود في محرك السيارة مطليا دائما بالأسود غير اللماع وذلك حتى يتم تشجيع فقد بعض حرارة الماء عن طريق الإشعاع.

ويجدر بنا أن نشير هنا الى أن هذا الكلام ينطبق على جميع اشكال الإشعاع – وليس على الحرارة فقط. فمثلا يتم طلاء الأسطح الخارجية لبعض الطائرات الحربية باللون الأسود غير اللامع حتى يمتص الموجات المصغرة

الصادرة عن الرادارات فتصبح الطائرة خفية لا يمكن لأحد تعقبها.

وينطبق نفس المبدأ السابق على كيفية تمكن مادة الألمنيوم، من المحافظة على الطعام دافئا، أو تجعلنا قادرين على استخدامها لتسخين أو طهي الطعام بسرعة. فإذا وضعت الجانب اللماع من ورق الألمنيوم نحو الداخل، ستتمكنين من الحفاظ على الطعام دافئا، أو ستقللين من وقت الطهي.

ومثال آخر يوضح نفس الظاهرة، هو بطانية الفضاء، التي تستخدمها فرق الإنقاذ في الأجواء الباردة، حيث تصنع هذه البطانية من مواد مقاومة للريح والماء تغطيها طبقة من الألمنيوم العاكس أو اللماع. فإذا قام المنقذ بلف الجزء اللماع حول المصاب، سيتمكن من الحفاظ على اكبر قدر ممكن من الحرارة على جسم الأخير .

وبشكل مشابه، فإنك إذا نظرت داخل قارورة المكنسة الكهربائية سترى أن الأسطح الداخلية لها فضية اللون. والمكنسة تمنع انتقال الحرارة والغبار منها عبر التوصيل او النقل لكن السطح اللماع الداخلي يقوم بتقليل أي انتقال عن طريق الإشعاع..والمواد الباردة؟ !

لا تنحصر مزايا ورق الألمنيوم في المحافظة على سخونة الأشياء . بل تتعدى ذلك الى المواد البارة أيضا.

فإذا قمت بلف طبق من السندويشات(لشطائر) بورق الألمنيوم على أن

يكون سطحه اللماع نحو الخارج، سيؤمن لك هذا النوع من الورق المحافظة على ما في الطبق باردا وذلك بعكس الحرارة الخارجية عن الشطائر مما يحافظ عليها طازجة، أكثر من أن تبقى معرضة للهواء

لماذا تعتبر بعض المواد – مثل مادة كيفلر مضادة للرصاص ؟!

تتكون المادة المركبة عادة من خصلات من الألياف ممزوجة مع مادة أخرى تسمى المصفوفة أو المنهجية . وذلك لتقويتها .

وأوضح أمثلة على ذلك هي في المادة التي كان يستخدمها الفراعنة لصنع أغطية المومياءات . ومثل آخر نأخذه من عصرنا الحديث في المانيا الشرقية سابقاً حيث كانوا يستخدمون مادة مركبة لتصفيح السيارات بها . والباكليت وهو الراتينج الصناعي الذي تتم تقويته بإضافة الزجاج أو ألياف الكربون إليه . وأحيانا نجد أن البعض يقوي الاسمنت بوضع صفائح من المعدن داخله . فيحميه من التداعي إذا تعرض لضغط عال بينما نجد أن في الخشب ، مادة مقوية طبيعية كما يقول المهندسون ، وذلك لوجود الياف السيليلوز فيها . وكيفلر هو الاسم الصناعي لمادة إكتشفها ستيفاني كاوليك عام ١٩٦٥م وتحتوي هذه المادة أساساً على سلسلة جزئيات من صنع الإنسان وتعتمد هذه السلسلة على الترابط القوي بين حلقات ذرات الكربون تبلغ قوة هذه الحلقات نحو خمسة أضعاف الفولاذ وتتمتع بخاصية عدم التمدد أيضاً وحالياً تعد هذه المادة من أعظم اختراعات الإنسان.

وتعتبر طريقة صنع المواد المركبة هذه أمراً معقداً جداً وغير مفهوم حتى يومنا هذا ومازال المهندسون يستخدمونها في صنع العديد من الأشياء لكن بطريقة سرية وذلك فإن أهداف الاستخدام تختلف باختلاف أنواع المواد المركبة سواء كانت مقطعة أو طويلة منفردة أو منعزلة جامدة أو لينقاسية أو قابلة للتمدد وقد كتب المتخصصون العديد من الكتب الضخمة حول هذه المواد لذا فإن ما ستقرأه ألان يعتبر زيادة التوضيح.

لجميع المواد طاقة كامنه وأوضح مثل على ذلك في توتر سطح الماء . فإذا راقبت حشرة تسير فوق الماء سترى أن أرجلها تحدث نقطاً أو ثقوباً مخروطية على سطح الماء . وهذه الثقوب تزيد مساحة السطح بالطبع وتطفو الحشرة لأن طاقتها الكامنة(الناتجة عن وزنها) متزنة تماماً مع زيادة طاقة سطح الماء . وتميل السوائل إلى تقليل طاقة السطح لديها قدر الإمكان . ويمكنك ملاحظة ذلك حين تكون المساحة الإجمالية لسطح القطرات أقل من مساحة محتويات كمية الماء نفسها في عامود أسطواني رفيع . في الواقع ، تتصرف المواد الصلبة بالطريقة نفسها . لكن إيجاد مساحة أكبر في مادة جامدة يحتاج إلى زيادة في الطاقة.

الرصاصة

إن سرعة موجة الصدمة في أي مادة تعبر عادة عن سرعة الصوت في هذه المادة والتي ستكون بالطبع أسرع بكثير من سرعة الرصاصة . وبالتالي ، عندما تضرب الرصاصة سطح مادة جامدة ، فإن موجات

الصدم ستتجه نحو الخارج على الجانبين بشكل أسرع من الرصاصة نفسها . وهذا يعني ، على المادة الواقية أن تتمتع بالوقت الكافي للقيام بمهمتها . وفي حالة المواد المركبة ستنتشر الصدمة في سلسلة من الانكسارات داخل المادة المصفوفة ،والتي تميل للسير بشكل مواز لسطح الألياف مبعدة الصدمة عن قلب المادة المركبة . وفي حالة مادة كيفلر نجد أن الألياف غير مرنة إلى حد يستوجب تسليط طاقة هائلة لتحقيق هذا الأمر . وإذا كانت الألياف مصفوفة بشكل متعاكس أو متصالب فإن الصدمة ستتفرع وتجد أسطحاً جديدة للصدمات التي تليها . ويحدث كل ذلك في اقل من عشر الثانية لكن الطاقة التي تمتصها المادة والتي تجد كل هذه الأسطح الجديدة ضمن الألياف قادرة تماماً على ردع رصاصة من الدخول.

لماذا لا يوفر لنا الفولاذ مثل هذه الحماية ؟

عدا عن خفة وزن المواد المركبة نسبة إلى الفولاذ ، فإن نوع الحماية التي يقدمها درع من الحديد قد تشكل خطراً على الإنسان ، حتى في حال عدم اختراقه ، لأن طريقة انتقال موجات الصدم داخله قد تسبب تقشراً على السطح الداخلي له . الأمر الذي يعتبر بخطورة الرصاصة نفسها . وهناك بعض أنواع من القذائف المضادة للدبابات ، مصممة خصيصاً لنسف الدبابات وتدميرها ، فما بالك بدرع من المادة نفسها لا تتجاوز سماكته سنتمترات .

أخيراً يجدر بنا أن نذكر أن استخدام المواد المركبة لا يقتصر على الأمور

الحربية بل يتجاوز ليصبح مادة أساسية في صنع (الفايبر غلاس) الحديث الذي تتكون من المراكب والخزانات والكثير من أنواع المفروشات.

ماهي البصمه الوراثيه ؟

بداية ما هو الـ"DNA" ؟:"(DNA)"

هي المادة الوراثية الموجودة في خلايا جميع الكائنات الحية"، وهي التي تجعلك مختلفًا، إنها الشفرة التي تقول لكل جسم من أجسامنا: ماذا ستكون؟! وماذا ستفعل عشرة ترليونات (مليون مليون) من الخلايا؟.!

وطبقًا لما ذكره العالمان: "واطسون" و "جريك" في عام ١٩٥٣ فإن جزيء الحمض النووي "(DNA)" يتكون من شريطين يلتفان حول بعضهما على هيئة سلم حلزوني، ويحتوي الجزيء على متتابعات من الفوسفات والسكر، ودرجات هذا السلم تتكون من ارتباط أربع قواعد كيميائية تحت اسم أدينين A، ثايمينT ، ستيوزينC ، وجوانينG ، ويتكون هذا الجزيء في الإنسان من نحو ثلاثة بلايين ونصف بليون قاعدة.

كل مجموعة ما من هذه القواعد تمثل جينًا من المائة ألف جين الموجودة في الإنسان، إذًا فبعملية حسابية بسيطة نجد أن كل مجموعة مكونة من ٢,٢٠٠ قاعدة تحمل جينًا معينًا يمثل سمة مميزة لهذا الشخص، هذه السمة قد تكون لون العين، أو لون الشعر، أو الذكاء، أو الطول، وغيرها (قد تحتاج سمة واحدة إلى مجموعة من الجينات لتمثيلها)

اكتشاف البصمة الوراثية

لم تُعرَف البصمة الوراثية حتى كان عام ١٩٨٤ حينما نشر د" .آليك جيفريز" عالم الوراثة بجامعة "ليستر" بلندن بحثًا أوضح فيه أن المادة الوراثية قد تتكرر عدة مرات، وتعيد نفسها في تتابعات عشوائية غير مفهومة.. وواصل أبحاثه حتى توصل بعد عام واحد إلى أن هذه التتابعات مميِّزة لكل فرد، ولا يمكن أن تتشابه بين اثنين إلا في حالات التوائم المتماثلة فقط؛ بل إن احتمال تشابه بصمتين وراثيتين بين شخص وآخر هو واحد في الترليون، مما يجعل التشابه مستحيلاً؛ لأن سكان الأرض لا يتعدون المليارات الستة، وسجل الدكتور "آليك" براءة اكتشافه عام ١٩٨٥، وأطلق على هذه التتابعات اسم "البصمة الوراثية للإنسان " The DNA Fingerprint"، وعرفت على أنها "وسيلة من وسائل التعرف على الشخص عن طريق مقارنة مقاطع"(DNA)" ، وتُسمّى في بعض الأحيان الطبعة الوراثية"DNA typing"

كيف تحصل على بصمة وراثية؟

كان د."آليك" أول مَن وضع بذلك تقنية جديدة للحصول على البصمة الوراثية وهي تتلخص في عدة نقاط هي:

1- تُستخرَج عينة الـ "(DNA)"من نسيج الجسم أو سوائله "مثل الشعر، أو الدم، أو الريق."

2- تُقطَع العينة بواسطة إنزيم معين يمكنه قطع شريطي الـ "(DNA)"طوليًا، فيفصل قواعد "الأدينين"A و" الجوانين "G في

ناحية، و"الثايمين "T" و"السيتوزين "C في ناحية أخرى، ويُسمّى هذا الإنزيم بالآلة الجينية، أو المقص الجيني.

3- تُرتّب هذه المقاطع باستخدام طريقة تُسمّى بالتفريغ الكهربائي، وتتكون بذلك حارات طولية من الجزء المنفصل عن الشريط تتوقف طولها على عدد المكررات.

4- تُعرّض المقاطع إلى فيلم الأشعة السينية"X-ray-film" ، وتُطبَع عليه فتظهر على شكل خطوط داكنة اللون ومتوازية.

ورغم أن جزيء الـ "(DNA)"صغير إلى درجة فائقة (حتى إنه لو جمع كل الـ "(DNA)" الذي تحتوي عليه أجساد سكان الأرض لما زاد وزنه عن ٣٦ ملجم) فإن البصمة الوراثية تعتبر كبيرة نسبيًا وواضحة.

ولم تتوقف أبحاث د."أليك" على هذه التقنية؛ بل قام بدراسة على إحدى العائلات يختبر فيها توريث هذه البصمة، وتبين له أن الأبناء يحملون خطوطًا يجيء نصفها من الأم، والنصف الآخر من الأب، وهي مع بساطتها تختلف من شخص لآخر.

يكفي لاختبار البصمة الوراثية نقطة دم صغيرة؛ بل إن شعرة واحدة إذا سقطت من جسم الشخص المُرَاد، أو لعاب سال من فمه، أو أي شيء من لوازمه؛ فإن هذا كفيل بأن يوضح اختبار البصمة بوضوح كما تقول أبحاث د" .أليك."

قد تمسح إذًا بصمة الأصابع بسهولة، ولكن بصمة الـ "(DNA)" يستحيل مسحها من ورائك، وبمجرد المصافحة قد تنقل الـ "(DNA)" الخاصة بك إلى يد مَن تصافحه.

ولو كانت العينة أصغر من المطلوب، فإنها تدخل اختبارًا آخر، وهو تفاعل إنزيم البوليميريز(PCR) ، والذي نستطيع من خلال تطبيقه مضاعفة كمية الـ "(DNA)"في أي عينة، ومما وصلت إليه هذه الأبحاث المتميزة أن البصمة الوراثية لا تتغير من مكان لآخر في جسم الإنسان؛ فهي ثابتة بغض النظر عن نوع النسيج؛ فالبصمة الوراثية التي في العين تجد مثيلاتها في الكبد.. والقلب.. والشعر.

وبذلك ..دخل د."آليك جيوفريز" التاريخ، وكانت أبحاثه من أسرع الاكتشافات تطبيقًا في كثير من المجالات.

العلم في دهاليز المحاكم

في البداية.. استخدم اختبار البصمة الوراثية في مجال الطب، وفصل في دراسة الأمراض الجينية وعمليات زرع الأنسجة، وغيرها، ولكنه سرعان ما دخل في عالم "الطب الشرعي" وقفز به قفزة هائلة؛ حيث تعرف على الجثث المشوهة، وتتبع الأطفال المفقودين، وأخرجت المحاكم البريطانية ملفات الجرائم التي قُيِّدَت ضد مجهول، وفُتِحَت التحقيقات فيها من جديد، وبرّأت البصمة الوراثية مئات الأشخاص من جرائم القتل والاغتصاب، وأدانت آخرين، وكانت لها الكلمة الفاصلة في قضايا الأنساب، وواحدة من أشهر

الجرائم التي ارتبط اسمها بالبصمة الوراثية هي قضية د." سام شبرد" الذي أُدِين بقتل زوجته ضربًا حتى الموت في عام 1955 أمام محكمي أوهايو بالولايات المتحدة، وكانت هذه القضية هي فكرة المسلسل المشهور "الهارب The Fugitire "في عام ١٩٨٤.

في فترة وجيزة تحولت القضية إلى قضية رأي عام، وأُذِيعَت المحاكمة عبر الراديو وسُمِحَ لجميع وكالات الأنباء بالحضور، ولم يكن هناك بيت في هذه الولاية إلا ويطالب بالقصاص، ووسط هذا الضغط الإعلامي أُغلِقَ ملف كان يذكر احتمالية وجود شخص ثالث وُجِدَت آثار دمائه على سرير المجني عليها في أثناء مقاومته، قضي د."سام" في السجن عشر سنوات، ثم أُعِيدَت محاكمته عام ١٩٦٥، وحصل على براءته التي لم يقتنع بها الكثيرون حتى كان أغسطس عام1993 ، حينما طلب الابن الأوحد لـ"د. سام شبرد" فتح القضية من جديد وتطبيق اختبار البصمة الوراثية.

أمرت المحكمة في مارس ١٩٩٨ بأخذ عينة من جثة "شبرد"، وأثبت الطب الشرعي أن الدماء التي وُجِدَت على سرير المجني عليها ليست دماء "سام شبرد"، بل دماء صديق العائلة، وأدانته البصمة الوراثية، وأُسدِلَ الستار على واحدة من أطول محاكمات التاريخ في يناير ٢٠٠٠ بعدما حددت البصمة الوراثية كلمتها

اخذ قسط من الراحة والنوم لعدة دقائق في فترة ما بعد الظهر يساعد في تنشيط المخ والذاكرة كالنوم الليلي تماما.. هذا ما اكتشفه الباحثون في جامعة هارفارد الأمريكية

فقد وجد هؤلاء أن أخذ فترة قيلولة طويلة نسبيا يحسّن أداء العاملين

والموظفين وحتى الطلاب الذين يعانون من تعب وإرهاق وانخفاض ذهني ملحوظ مع غروب الشمس وانتهاء النهار

وأوضح الباحثون أن القيلولة لمدة ٦٠ - ٩٠ دقيقة فقط وخصوصا عند الساعة الثانية بعد الظهر يحسّن الأداء العملي للإنسان بنفس الدرجة التي تمنحها ساعات النوم المريحة أثناء الليل

وينصح الخبراء في مجلة " التقارير الصحية" في حال عدم رغبة الإنسان في نوم القيلولة أو عدم قدرته عليها تغيير المهمة أو الوظيفة التي يقوم بها لفترة من الوقت ثم العودة لإنهائها لأن ذلك سيساعد على إرخاء دماغه وإعادة تنشيطه.

قال علماء ان خلايا شمسية رخيصة مصنوعة من البلاستيك يمكن وضعها على اي سطح قد توفر طاقة لمجموعة من الاجهزة الالكترونية المحمولة.

وقال فريق علماء بجامعة كاليفورنيا بيركلى انهم انتجوا الجيل الاول من خلايا شمسية بلاستيكية يمكن يوما ما ان تحل محل الخلايا الضخمة والمرتفعة السعر التى تعتمد على السيليكون المستخدمة الان على نطاق واسع.

وقال بول اليفيساتوس استاذ الكيمياء الذي قاد الدراسة ان الخلايا الشمسية الجديدة لا تعمل بالكفاءة المطلوبة لكن "امامنا طريق واضح لجعل تلك التكنولوجيا تعمل بشكل افضل كثيرا."

وقال اليفيساتوس وفريقه فى تقرير نشر فى مجلة "ساينس" انهم انتجوا خلية شمسية مهجنة مصنوعة من اجزاء صغيرة للغاية منتشرة فى البلاستيك. واضافوا ان الخلية التى في سمك الشعرة والموضوعة بين قطبين كهربيين تنتج نحو ٧ فولت .

وقال الباحثون ان الخلايا يمكن انتاجها بسرعة اذا ما دعت الحاجة فى المعمل العادي دون حاجة الى غرف نظيفة او اماكن مفرغة.

وقال اليفيساتوس "تتطلب الخلايا الشمسية العالية الكفاءة فى يومنا هذا عملية معالجة معقدة داخل غرفة نظيفة وعملية هندسية معقدة لوضع المادة شبه الموصلة بين شيئين ويجب ان تصنع صغيرة نسبيا لانها تنتج فى غرفة مفرغة."

وقال جانك ديتمر الذي شارك فى الدراسة "جمال هذه العملية هو انك تستطيع وضع الخلايا الشمسية مباشرة على البلاستيك الذى يتميز بمرونة غير محدودة."

واضاف ان هذه التكنولوجيا تفتح الباب امام جميع انواع التطبيقات الجديدة مثل وضع الخلايا الشمسية لتوفير الطاقة لاجهزة الراديو او معالجات الكمبيوتر الصغيرة.

اظهر استطلاع جرى مؤخرا ان غاز الميثان وامثاله قد اصبحت طاقة متجددة ارخص سعرا بحيث استخدمت ٨٤ الف عائلة صينية غاز الميثان فى

التدفئة بدلا من الفحم والكهرباء ومحروقات اخرى .

علم من معهد بحوث الطاقة التابع للجنة الدولة للتنمية والاصلاح ان الصين طورت سلسلة من معدات توليد الكهرباء بغاز الميثان المتولد من روث المواشى والدواجن والنفايات الصناعية الى جانب تشغيل قرابة ١٠٠٠ مشروع كبير ومتوسط لغاز الميثان بنهاية عام ٢٠٠٠ بطاقة الانتاج ٤١٠ الاف متر مكعب من غاز الميثان سنويا .

يجدير بالذكر ان اكثر من ٧٠٠ من هذه المشروعات ينتج غاز الميثان بروث المواشى والدواجن اما الباقى منها فينتج هذا الغاز باستخدام مخلفات صناعية مما يعالج ٢٠ مليون طن من المخلفات العضوية سنويا . وبفضل انخفاض تكلفة الانتاج يعد غاز الميثان ارخص طاقة مقارنة مع الطاقات الاخرى.

ذكرت دراسة أمريكية موسعة شملت أكثر من ٨٤ألف سيدة من ااولاية أمريكية أن الاكثار من تناول الفول السوداني والبندق وزبد الفول السوداني يخفض مخاطر الإصابة بالنوع الثاني من مرض السكر الذي يصيب كبار السن وأوضحت نتائج الدراسة التي نشرت بمجلة الجمعية الطبية الامريكية أن النساء اللاتي تناولن كمية من السوداني والبندق تتراوح ما بين ٣وهأوقيات حققن خفضا بلغت نسبته ٢٧% في معدلات الإصابة بالنوع الثاني من مرض السكر مقارنة بمن لم يتناولن.
ومن المعروف أن الفول السوداني يحتوي على أحماض دهنية أحادية وعديدة غير مشبعة لها قدره على خفض الدهون الضارة.

**القـــــلـــب

- قلب الانسان البشري كمثري الشكل
- في حجم قبضة يد كل شخص
- يزن مابين ٢٢٥ إلى ٣٤٠ جراماً
- ينبض بمعدل ٧٠ مرة في الدقيقة أي مايعادل ٤٢٠٠ مرة في الساعه أي ١٠٠٨٠٠ مرة في اليوم مايعادل ٣٦٧٩٢٠٠٠ مرة في السنة.

اذا كان متوسط عمر الانسان ٦٠سنة فهذا يعني بأن القلب العجيب قد نبض ٢٢٠٧٥٢٠٠٠٠ مرة (مليارين ومائتين وسبعة ملايين وخمسمائة وعشرين ألف نبضة) دون توقف

**أكل الانسان

- أجرى بعض العلماء بحوثاً عن معدل مايأكله الإنسان العادي في حياته ، فوجدوا أنه يأكل20 طناً من الخبز .
- وحمولة سيارتي شحن كبيرتين من البطاطا .
- ومايساوي حجم أربعين بقرة من اللحوم .

- وأربعة آلاف كلغ من السكر

- وألف كلغ من الملح.

**العين

- في عين الإنسان الواحده حوالي 140 مليون مستقبل حساس للضوء تسمى بالمخاريط والعصي .

- طبقة المخاريط والعصي هي واحده من عشر طبقات ، تتشكل منها شبكية العين التي لاتويد سمكها على ٤ .,من الملليمتر

- ويخرج من العين مليون ليف عصبي ينقل الصورة بشكل ملون

**الاوعية الدموية

- يبلغ مجموع أطوال الأوعية الدموية في الانسان الذي يزن ٥٠كيلو غرام نحو١٠٠،٠٠٠ كيلو متر وهو مايكفي للف الكرة الارضية عند خط الاستواء مرتين ونصف

- وتبلغ مساحات سطوح هذه الاوعية الدموية نحو6300 متر مربع.

*الاوكسجين *

- تنخفض نسبة الأوكسجين في الهواء الجوي كلما ارتفعنا إلى أعلى وتبلغ هذه النسبة ٢١%تقريبا من الهواء فوق سطح الارض

- وتنعدم نهائياً على ارتفاع ٦٧ ميلاً فوق سطح البحر ولذلك فإنه على ارتفاع ٨٠٠٠متر فوق سطح البحر يفقد الأنسان وعيه خلال ٣ دقائق فقط ،ثم يموت بسبب نقص الاوكسجين اللازم لحياته.

**التمر

- يسمى التمر أحياناً بالمنجم لكثرة مايحتويه من العناصر المعدنية مثل الفسفور والحديد والكالسيوم والبوتاسيوم والكلور والكبريت والصوديوم

- كما يحتوي على فيتامينات (أ) و) ب ١) و (ب٢) و (د) فضلاً عن السكريات السهلة بسيطة التركيب .

- وصدق الرسول الكريم إذ قال { بيت لاتمر فيه جياع أهله }

**شعر الرأس

- تنمو الشعرة الطبيعية في رأس الانسان الصحيح البالغ بمعدل ٩ ملليمترات (وسطيا) في الشهر الواحد .

- والقول بأن قص الشعر يزيد من طوله انما هو من المفاهيم الخاطئة

الشائعة بين الناس .

- اذا الواقع أن الذي يزيد من نموه عملية التدليك التي يقوم بها الحلاق أثناء القص ، والتي تنشط الدورة الدموية في فروة الرأس ، مما ينشط الخلايا ويمدها بالحيوية اللازمة لنو خلايا الشعر بشكل جيد.

**الكليتان

- تصفي الكليتان في الانسان البالغ مايعادل نصف متر مكعب من الدم يومياً

- تحتوي الكليتان على تمديدات من القنوات الدقيقة يقدر عددها بمائتي مليون تقريباً وطول كل منها نحو خمسة سنتيمترات مما يشكل مسافة طولها نحو عشرة آلاف كيلو متر.

فسبحان الخالق

بعض الفاكهة كالموز والكمثرى والتفاح، والخضر كالبطاطس والباذنجان، يتغيّر لونها إلى البني أو تسود عند تقشيرها وتقطيعها مما يجعل شكلها غير شهي عند التقديم كسلطة الفاكهة مثلاً.

ويزيد الاسوداد إذا تركت الفاكهة والخضر المقطعة معرضة للجو. وتلاحظ هذه الظاهرة أيضاً في الفاكهة التالفة والمجروحة كالموز، فما السبب في حدوث هذا الاسوداد؟ وكيف يمكن المحافظة على اللون الطبيعي حتى

تكون شهية للأكل؟

والتفسير ببساطة هو أنّ الفاكهة والخضر تحتوي على مركبات عضوية معقدة تسمى بالإنزيمات. هذه الإنزيمات تبقى محبوسة داخل أنسجة النبات طالما كان سليماً، ولكن عند حدوث أي خدش كما يحدث عادة عند تقشير الفاكهة والخضر، تتعرّض الإنزيمات إلى الهواء الجوي (الأوكسجين) فتنشط مباشرة وتمارس نشاطها على بعض المركبات الموجودة في الفاكهة والخضر (الفينولات) فتؤكسدها وتغير لونها في دقائق معدودة وتبدأ تفقد صلابتها، ومن هذه الإنزيمات إنزيم يسمى (أوكسيديز)Oxidaseالذي يؤكسد المركبات الفينولية سابقة الذكر إلى اللون البني أو الأسود، ويعرف بالتفاعل الإنزيمي Enzymaticreaction.

ويمكن إيقاف فعل الإنزيمات سابقة الذكر المسببة لهذا التلون غير المرغوب بعدة طرق، منها:

1ـ إضافة حامض: بوضع الفاكهة المقطعة مباشرة في قليل من الماء المضاف إليه عصير ليمون، أو بوضع قليل من عصير الليمون مباشرة على الفاكهة.

2ـ إضافة سكر: ترش الفاكهة المقطعة بالسكر فيعمل كعازل بين الهواء وبين الإنزيمات أو توضع الفاكهة في محلول سكري مركز، وتصلح هذه الطريقة عند عمل سلطة الفاكهة وعند تجميل سطح الفطائر وأطباق

الحلوى بالفاكهة.

3ـ إضافة ملح: تغمر الخضر في ماء بارد وملح أو رش الخضر بالملح.

4ـ الطهي: توضع الفاكهة المقطعة كالتفاح في شراب سكري يغلي لعدة دقائق فتتلف الحرارة الإنزيم وتستعيد الفاكهة لونها الطبيعي. وبالنسبة للخضر توضع في ماء يغلي لعدة دقائق وتسمى عملية التبييض.

5ـ إضافة مواد كيميائية: وهي مواد كيميائية مختزلة تستعمل في التصنيع الغذائي كالتعليب والتجميد وغيرها.

ميدل ايست اونلاين

واشنطن - اكتشف باحثون أن إضافة زيت النعناع إلى محلول الباريوم، من شأنه أن يقلل من التشنجات المعوية، التي تصيب المرضى الخاضعين لفحوصات الأمعاء التشخيصية المخصصة لسرطان القولون المستقيمي، والأمراض الأخرى.

وقال باحثون في مجلة "علوم الأشعة السريرية" إن إضافة زيت النعناع إلى محلول الفحص يجعل إجراءات التشخيص أسهل وأكثر راحة، ويغني عن استخدام العلاج، التي قد تسبب آثارا جانبية سلبية.

وأوضح الأطباء أن سرطان القولون يعتبر ثاني أسباب الوفيات الناتجة عن الأمراض السرطانية بعد سرطان الرئة، حيث تظهر أكثر من ١٥ ألف حالة جديدة سنويا في الولايات المتحدة وحدها.

وتشمل فحوصات المرض اختبارات خاصة، وفحصا للبول والبراز، فإذا ما أظهرت فحوصات البراز وجود دماء في العينة، يتم اللجوء إلى إجراء "حقنة تباين الباريوم المضاعفة"(dcbe) ، وهو إجراء يتم فيه إدخال الهواء والباريوم للحصول على بيئة متباينة تعطي صورة أفضل لجدران الأمعاء، إلى القولون، قبل أخذ الصور الشعاعية له، للكشف عن أية اعتلالات فيه.

وأشار الأطباء إلى أن حقن الباريوم تستخدم أيضا لتشخيص البروزات وزوائد الأمعاء السرطانية، والرداب القولوني، والتهاب القولون التقرحي، في بعض الحالات، مشيرين إلى أن هذا الإجراء غالبا ما يسبب تشنجات في القولون، وهو ما يؤثر سلبيا على نوعية الصور الشعاعية، لذا يتم إعطاء المرضى علاج خاص لإرخاء الأمعاء، قبل خضوعهم لذلك الإجراء، ولكنه يسبب آثارا جانبية تقدمية، ولا يكون مناسبا للأشخاص المصابين بأمراض القلب والجلوكوما. أما زيت النعناع فقد أثبت فعاليته في تقليل تشنجات القولون، خلال الإجراء، دون التسبب بأية آثار جانبية سامة.

وقام الباحثون في الدراسة الجديدة بمتابعة ٣٨٣ شخصا، أظهروا فحوصات إيجابية لوجود دم في البراز، تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات، خضعت جميعها للحقن التباييني، بحيث تم إضافة ٣٠ ملليلترا من زيت النعناع إلى الباريوم، أو حقن زيت النعناع مباشرة في القولون، أو حقن الأمعاء بعقار راخي للعضلات، أو دون إضافة أي مادة لمحلول الباريوم، ثم أخذ صور شعاعية لكل شخص، بعد القيام بالإجراء، وفحص وجود أية تشنجات معوية.

ووجد هؤلاء الباحثون أن نسبة الأشخاص، الذين لم يصابوا بالتشنجات خلال الفحص كانت ٣٨ في المائة في المجموعة، التي أضيف فيها زيت النعناع إلى الباريوم، و٤٢ في المائة في المجموعة، التي حقنت بالزيت مباشرة، و٣٨ في المائة في المجموعة التي حقنت بمادة راخية للعضلات.

وقال الباحثون إن زيت النعناع كان فعالا في تقليل تشنجات القولون، خلال إجراءات التشخيص، كمرخيات العضلات تماما، بل كان أثره أقوى على الجانب الأيمن من القولون، مما جعله أكثر وضوحا في الصور.

وقد أثبت هذا الزيت فائدته سابقا في تخفيف تشنجات القولون، عند الأشخاص الخاضعين لإجراءات التنظير المعوية، كما اقترحت بعض الدراسات فعالية تناول زيت النعناع عن طريق الفم، لتقليل التشنجات المعوية عند الأشخاص المصابين بمتلازم الأمعاء التهيجي، أو ما يعرف بالقولون العصبي، ومع ذلك، فلا ينصح المرضى الذين يعانون من حرقة المعدة بتناوله في الفم، لأنه يجعل أعراضها أسوأ.

الأكزيما

تعريف :

هي أحد الأمراض الجلدية المزمنة غير المعدية التي يمكن التعايش معها والتخفيف من مضاعفاتها، وهي تصيب الصغار والكبار على حد سواء .

المسببات :

أسباب الاكزيما غير معروفة، ويحتمل أنها ناتجة عن تفاعل عدة عوامل

ذاتية وخارجية، وقد تلعب الوراثة دوراً كبيراً في الاصابة بها، فاصابة أحد الوالدين أو كليهما تزيد من احتمال حدوثها عند الطفل مما يوحي بأن هناك استعداداً وراثياً للتحسس المفرط عندما تتوفر الظروف البيئية المؤثرة، وهي كثيرة ويختلف تأثيرها من حالة الى أخرى وغالباً ما يصعب تحديدها بشكل مؤكد وقد يتضح أحياناً بالممارسة اليومية أن الطفل يتحسس لبعض هذه المثيرات إما بتناولها عن طريق الفم أو التعرض لها بالملامسة المباشرة أو بالاستنشاق .

الاعراض:

أشهر أعراض مرض الأكزيما هي جفاف الجلد والحكة، والحكة قد تكون شديدة يتبعها احمرار وطفح جلدي (حبيبات أو تقرحات أو فقاعات)

وسائل العلاج :

لا يوجد علاج فعال للأكزيما، ولكن يمكن السيطرة على أعراضها بالعلاج المناسب، ويمكن التخفيف من تأثيرها على الطفل ومنع مضاعفاتها ريثما تتحسن تلقائياً وبالتدريج مع الوقت. ويتم ترطيب البشرة باستعمال ملطفات أو ملينات دهنية خاصة لا تحوي مواداً مثيرة للتحسس وأبسط هذه الملطفات هو البرافين أو اللانولين ، وهناك أصناف أخرى من الكريمات المرطبة مثل المويسثرل ، أويلاتم، فورميلا ويبوباز ونيوترادرم. وينصح بالابتعاد عن المؤثرات الخارجية التي تثير الحكة وتهيج الحالة مثل الملابس الصوفية، ولذا ينصح باستعمال الملابس القطنية. كما أن المواد الطبية والمعطرة وكذلك المطهرات والمنظفات القوية التي تستعمل لغسيل الملابس قد تكون أيضاً سبباً للاثارة، أما الصابون فينصح بعدم استعماله

أثناء تهيج الحالة إذ يمكن الاستعاضة عنه بما يسمى بدائل الصابون مثل المويسترل والفورملا وصابون أويلاتم.

الكرز فاكهة غنية بالأملاح المعدنية مطفئة للعطش ومنشطة للكليتين .وهو من المصادر الطبيعية التي تمد الجسم بكميات وفيرة من البوتاسيوم والطاقة، حيث تحتوي الحبة الواحدة منه على أربع سعرات حرارية. وهناك نوعان من الكرز، الحامض الذي يتحمل درجة حرارة أعلى من النوع الآخر. أما الحلو فيظهر في أواخر شهر مايو ويستمر إلى مطلع شهر أغسطس وموسمه أطول من موسم الأول. وبحسب العارفين بهذه الفاكهة فإنه كلما كان ميالاً إلى اللون الأسود اللامع الصافي كان أكثر حلاوة. وتوجد مئات الأنواع من هذا الكرز الحلو وأكثرها شهرة الموجودة في أمريكا الشمالية، ويأتي كبير الحجم وحبته على شكل قلب وذات لون أحمر داكن .

الاختيار والتخزن

أجلى الكرز أكثره ميلاً للسواد إذا ما كان صافيًا ولامعًا. وحين يكون غير ناضج تكون حبته صلبة. ويلين الكرز غير الناضج ويسودّ إذا ما ترك في الغرفة وبدرجة حرارة معينة لكنه لن ينضج إذا ما قطف. لذلك ينصح العارفون بالكرز باختيار الكرز الذي لا يزال ملتصقًا بسيقانه الخضراء حيث يعيش مدة أطول. وعلى اعتباره يتلف بسرعة فمن الأهمية بمكان عدم غسله إلا قبل فترة وجيزة من التقديم. كما ينصحون بوضعه في كيس بلاستيكي مفتوح، وأن يوضع بداخله منديل ورقي لامتصاص الرطوبة على ألا تتجاوز مدة تخزينه في الثلاجة ثلاثة أيام .

خصائص الكرز

الكرز غني بالأملاح المعدنية مثل البوتاسيوم الذي يساعد الجسم على التخلص من أملاح الصوديوم الضارة بالأوردة المتصلبة. وهو ذو خاصية قلوية مما ينصح بعدم تناوله قبل الطعام لأنه يوقف الأحماض فيسبب عسراً في الهضم. هذا ويفيد الكرز مرضى الروماتيزم إذ يساعدهم على مقاومة الالتهابات إذا ما تناولوه بكميات كبيرة.

هذا ويحمي الكرز من أمراض القلب وضغط الدم المرتفع. ويشار هنا إلى أن في كل كوب من الكرز ٣٢٥ ملليغراماً من البوتاسيوم وثلاثة غرامات من الألياف.

وتناول الكرز يساعد على تهدئة الجهاز العصبي وينظف الدم من السموم. لذا فهو مهم جداً لمن يعاني أمراض الجهاز الهضمي والعصبي والبولي وأمراض الروماتيزم والعظام

فائدة الكرز لصحة الانسان

يكثر الان فى محلات الفواكه ببكين كرز ناضج يجذب انظار المشترين بلونه الاحمر الجميل . ويقول القدماء الصينيون: من يتناول الكرز دائما فسيصبح لون وجهه بلون الكرز . ربما هذا القول مبالغ فيه ولكنه يخبرنا ان الكرز مفيد فعلا لصحة الانسان حيث يحتوى فيتامينات مختلفة وخاصة فيتامين أ والحديد ، ولايتميز بفاعلية تجميل الوجه فحسب ، بل له فاعلية لعلاج الامراض كالاسهال وتنشيط التنفس وتخفيف اوجاع العظام والظهر والمفاصل وغيرها .

نعرفكم اليوم بعدة طرق للعلاج بالكرز

علاج امراض الفم والحنجرة – تأخذ نصف كيلوغرام من الكرز وتضعه فى قدر مع بعض الماء وتغليه على النار لمدة ثم تشربه كل يوم صباحا ومساء .

علاج الحروق - تأخذ بعض الكرز وتعجنه حتى يصبح سائلا ، ثم تبلل قطعة من الشاش فيه وتضعها على مكان الحرق عدة مرات فى اليوم.

علاج الحصبة - عندما يصاب الطفل بالحصبة يمكن ان تعطيه عصير الكرز ليشرب وذلك من اجل الوقاية من العدوى

كشفت نتائج دراسة علمية حول مرض الربو عند الاطفال"أجريت في ثلاثين دولة أوروبية"أن الدول الأقل تأثرا بالمرض هي دول البحر الأبيض المتوسط"في حين تعتبر بريطانيا وهولندا وسويسرا من أكثر الدول التي تعاني من هذا المرض"حسبما ورد في تقرير نشرته وكالة الأنباء الأردنية "بترا ."

وتقترح الدراسة التي نشرتها صحيفة " لو نوفل ابسرفاتور" الفرنسية أن يختار ذوو الأطفال المصابين بالربو لأطفالهم عند البلوغ وظائف ومهن ليس لها تأثير سلبي على هذا المرض .

ومن المهن التي يجب اجتنابها للمصابين بالربو أعمال الصباغة وتصفيف الشعر والخبازة والنجارة والأعمال المرتبطة بالصناعة الكيميائية .

ويعتبر الربو المرض المزمن الأكثر انتشارا لدى الأطفال حيث ذكرت منظمة الصحة العالمية أن هذا المرض يصيب ما يقارب عشرة بالمائة من أطفال العالم.

الكلية تشبه حبة الفاصوليا ،والكلية اليسرى أعلى من الكلية اليمنى لوجود الكبد في الجهة اليمنى.و وزنها ما بين ١٣٠-١٧٠ جراماً ،طولها حوالي ١٣

سـم وعرضها نصف طولها وسمكها نصف عرضها وتحتوي على ١,٥ مليون من الوحدات الكلوية (لكُليون.) nephron

وظيفتها هي التخلص من المواد السامة وتنقية الدم، إذ أن نتيجة عملية الهضم وتمثيل المواد الغذائية تؤدي إلى تراكم المواد التي تسمم الجسم مثل مادة البولينا urea حيث تقوم الكلية بإفرازها مذابة في البول .

الحفاظ على توازن الماء والأملاح في الجسم فإذا زاد أو نقص أحدها عن الحد المعين حدث المرض وأحياناً الموت .

المحافظة على كون الدم متعادلاً بين الحموضة والقلوية (PH = 7.4) حيث أن الكلية تقوم بإفراز المواد الحمضية في البول عندما تزيد هذه المواد، أو القلوية عندما تزيد هذه المواد وذلك لتبقي الدم متعادلا .

كما ان لها وظائف هرمونية فهي تفرز هرمون الرينين Renin الذي يتحكم بمواد موجودة في الدم فيحولها إلى النوع النشط وذلك لزيادة ضغط الدم إذا قل .

وتفرز مواد البروستاجلاندين التي تخفض ضغط الدم إذا زاد .

وايضا تفرز مادة تحول فيتامين (د) الخامل إلى فيتامين) د) النشط الذي له أهمية كبرى في ترسب الكالسيوم في العظام، وعدم وجوده يسبب لين في العظام والكساح للمريض .

كما أنها تفرز مادة الإريثروبيوتين Erythropoetin التي لها دور هام في تنشيط نخاع العظم ليقوم بتكوين المزيد من كريات الدم الحمراء.

الأعجاز في القرآن

ذكر الله سبحانه وتعالى في آياته أشياء كثيرة ، وجاء العلماء ودققوا فيها فوجدوا توافقاً غريباً ، نعرضه كما يلي

عدد مرات ذكرها

الكلمة

115 الدنيا

115 الآخرة

- -

88 الملائكة

88 الشياطين

- -

145 الحياة

145 الموت

- -

50 النفع

50 الفساد

- -

368 الناس

368 الرسل

- -

11 ابليس

11 الإستعاذة من ابليس

- -

75 المصيبة

75 الشكر

- -

73 الإنفاق

73 الرضا

- -

17 الضالون

17 الموتى

- -

41 المسلمين

41 الجهاد

- -

8 الهب

8 الترف

- -

60 السحر

60 الفتنة

- -

32 الزكاة

32 البركة

- -

49العقل

49النور

- -

25اللسان

25الموعظة

- -

8الرغبة

8الرهبة

- -

16الجهر

16العلانية

- -

114الشدة

114الصبر

4محمد صلى الله عليه وسلم

4الشريعة

- -

24الرجل

24المرأة

- -

5الصلاة

- -

12الشهر

- -

365اليوم

- -

32البحر

13البر

ذُكرت كلمة البحار (أي المياه) في القرآن الكريم 32 مرة ، وذكرت كلمة البر (أي اليابسة)في القرآن الكريم ١٣ مرة

فإذا جمعنا عدد كلمات البحار المذكورة في القرآن الكريم وعدد كلمات البر فسنحصل على المجموع التالي45:

وإذا قمنا بصنع معادلة بسيطة كالتالي:

1-مجموع كلمات البحر (تقسيم)مجموع كلمات البر والبحر (ضرب) ١٠٠% س

س32÷45×100%=71.111111111111%

2-مجموع كلمات البر(تقسيم) مجموع كلمات البر والبحر (ضرب) ١٠٠ % س

س13÷45×100%=28.888888888889%

وهكذا بعد هذه المعادلة البسيطة نحصل على الناتج المُعجز الذي توصل له القرآن من ١٤ قرناً ، فالعلم الحديث توصل الى ان:

نسبة المياه على الكرة الأرضية = ٧١,١١١١١١١١١١ % س

ونسبة اليابسة على الكرة الأرضية =٢٨,٨٨٨٨٨٨٨٨٨٩% س

وإذا جمعنا العدد الأول مع العدد الثاني نحصل على الناتج =١٠٠% س وهي مجموع نسبة الكرة الأرضية بالفعل ، فما قولك بهذا الأعجاز؟ هل هذه صدفة؟ من علم محمد هذا الكلام كله؟ من علم النبي الأمي في الأربعين من عمره هذا الكلام؟

ولكني أقول لك: " وما ينطق عن الهوى ، إن هو إلا وحي يوحى ، علمه شديد القوى" ، فاسجد لربك شكراً لأنك من المسلمين ، لأنك من حملة هذا الكتاب العظيم وماهذا إلا بعض الإعجاز العددي في القرآن الكريم وليس الإعجاز كله

*أقدم لغة مكتوبة في العالم هي اللغة السومرية .

*أطول الحروب في تاريخ البشرية حرب المائة عام بين فرنسا و انجلترا .

*أول إمرأة تحلت بالقرط هي السيدة هاجر زوجة النبي إبراهيم عليه السلام .

*أقدم سلالة حاكمة في العالم هي الحاكمة في اليابان ويعتبر ترتيب الملك الحالي " أكيهيتو " الـ ٢٥ في السلالة الحاكمة .

*أطول جسر معلق في العالم يوجد بانجلترا و يبلغ طوله ١٤١٠ متر ، ويقع فوق نهر همبر .

*أكبر أسطول بحري مدني موجود في اليابان .

*أول من نقل " شجرة الزيتون " إلى المغرب العربي هم الفينيقيون .

*أول من عرف أن سرعة الضوء أكبر من سرعة الصوت هو العالم المسلم البيروني .

*أول إستعمال للمحرك البخاري كان لضخ المياه من المناجم .

*أغلى المعادن في العالم الراديوم .

*أول ملك مسلم رسمت له لوحة زيتية في حياته هو عباس شاه .

*أقدم قصر في العالم يوجد في اليمن ، وهو قصر " غمدان " وتبلغ مساحته ٠٠م .

*أول من وضع قاموس للإنكليزية هو الدكتور صموئيل جونسون .

*أقدم كهف حضاري في العالم يوجد في فرنسا بمحافظة " دوردونيه " و يعود عهده لحقبة ما قبل التاريخ ، و يسمى " لاسكو ."

*أول بلد عربي عرف الطباعة لبنان.

اصفرار الأسنان.. ما الأسباب وما هو الحل؟!

لتلون الأسنان واصفرارها منشآن: تلون الأسنان الخارجي المنشأ وينجم عن توضع المواد الملونة الموجودة في الأطعمة والأشربة والدخان على السطح الخارجي لتاج السن من دون تدخل في تركيب البنية الأساسية للسن، وهذه الحالة يكون علاجها سهلاً وناجحاً جداً، ويتم بتنظيف الأسنان، وتلميعها بوساطة أدوات ومواد خاصة .

وفي الحالات الشديدة، والعميقة، قد يحتاج إلى استعمال بعض المركبات الكيميائية الخاصة التي تدعى بالمبيضات بأنواعها المختلفة، النهارية أو الليلية، وهذه تضاف على الأسنان بطريقة خاصة ولمرات عدة، حسب شدة الحال، ودرجة التبييض المطلوبة، ويجب أن يتم ذلك بإشراف مباشر من قبل طبيب الأسنان لتجنب آثارها الجانبية التي قد تكون مؤذية إذا لم تستخدم بشكلها الصحيح .

والمنشأ الثاني هو تلون الأسنان داخلي المنشأ، وينجم عن تناول بعض المركبات الكيميائية أو الدوائية خلال فترة الحمل، أو الطفولة الباكرة، أي أثناء فترة تكون البنية الأساسية للسن، خصوصاً طبقة العيناء، كزيادة أملاح الكلس والفلور في مياه الشرب، أو تناول بعض المضادات الحيوية مثل مركبات التتراسيكلين أو تعرض السن لبعض الرضوض الشديدة مما يسبب نزيفاً داخلياً للب السن ودخول الدم إلى داخل الأقنية العاجية التي توجد بكثافة في عاج السن وتسبب تلونه، فتدخل هذه المركبات في تركيب البنية الأساسية للسن وتسبب تلونه بالكامل .

وعلاج التصبغات داخلية المنشأ يكون بإضافة طبقة تجميلية على السطوح الخارجية للأسنان الملونة الإمامية، التي تظهر للعيان عند التكلم والابتسام، وهذه الطبقة إما أن تكون من الكومبوزيت المطابق تماماً للون الطبيعي للأسنان، ويتم تطبيقيها خلال جلسة علاجية واحدة، أو تكون من السيراميك وهذا يحتاج إلى جلسات عدة وأحياناً يلجأ إلى تتويج كامل السن في الحالات الشديدة المترافقة مع سوء في تشكل الأسنان .

وفي الكثير من حالات تلون الأسنان التي تحدد أسبابها بدقة، وتتم معالجتها بشكل سليم يحصل على نتائج جيدة جداً. لذا ينصح بمراجعة طبيب الأسنان من أجل التشخيص الدقيق للحالة، وتحديد السبب الحقيقي لهذا التلون والبدء بالعلاج الأمثل وفق الطريقة التي تراها مناسبة لذلك .

وبالإضافة إلى ما سبق يؤكد الدكتور حسين الشرقاوي أستاذ تركيبات وزراعة الأسنان في كلية طب الفم والأسنان في جامعة القاهرة، فيقول إنه يوجد نوعان من تبييض الأسنان أولهما في عيادة الطبيب وهو يستغرق من ٣٠ إلى ٦٠ دقيقة في كل زيارة ويعتمد على دهان الأسنان المراد تبييضها بمادة كيميائية (مادة مؤكسدة) وباستخدام نوع خاص من الضوء وتوجيهه نحو السن .

ويمكن تنشيط هذا المركب الكيميائي الذي يتفاعل مع المواد الملونة للسنة ويستخرجها منها، وقد تحتاج هذه العملية من ٣ إلى ٤ زيارات حتى نحصل على النتيجة المرجوة .

أما النوع الذي يتم في المنزل فيكون عن طريق صناعة تركيبة بواسطة

طبيب الأسنان يضعها المريض على الأسنان المراد تبييضها بعد ملئها بجيل مبيض وينام بها طوال الليل ويرفعها أثناء النهار، ولهذا تسمى هذه الطريقة (تبييض الأسنان الليلي)، وتختلف المدة المحددة لاستعمال هذه الطريقة حسب شدة الحالة، وعادة ما تكون النتائج ناجحة .

ويقول الدكتور الشرقاوي إنها تنتج من تراكم الصبغات والتصاقها عليها من بقايا أنواع الغذاء المختلفة أو كثرة استعمال الشاي والقهوة أو التدخين بجميع أنواعه (السجائر والبايب والأرجيلة)، ويمكن أيضا أن تؤدي صدمة (كدمة)إحدى الأسنان إلى حدوث تغير في اللون كما يتغير اللون عادة بعد علاج الجذور وفي النهاية العناية بالأسنان خير علاج .

ومن جانب آخر .. وللحفاظ على بياض أسنانك ومنع اصفرارها ونزع البكتيريا الملتصقة عليها، عليك مضغ بعض الأطعمة التي تنتج نسبة عالية من اللعاب كالتفاح، الأجاص، الكيوي، الجزر، الكرنب، القرنبيط والخيار. كما أن هذه الأطعمة تحتوي على الألياف التي تساعد على تنظيف الأسنان ونزع البكتيريا عنها.

ويجب تجنّب المأكولات والمشروبات ذات اللون الغامق، كالتوت، القهوة، صلصة الصويا، الشاي والكولا.
ومن المستحسن غسل الفم أو مضغ علكة أو تنظيف الأسنان بعد تناول هذه الأطعمة. ويستحسن أيضا تجنّب تناول الكثير من الفواكه الحمضية التي تحوي على الحمض الذي يفسد بياض الأسنان ولمعانها.

الكحول تزيد من فرص الاصابة بسرطان الأمعاء

قالت دراسة طبية وزعت نتائجها مؤخرا ان التناول المفرط للمشروبات الكحولية تزيد من فرص الاصابة بمرض سرطان الامعاء الدقيقة فيما اكدت دراسة اخرى ان الاغذية ذات السعرات الحرارية العالية مثل اللحوم الحمراء والدهون تزيد ايضا من فرص الاصابة بسرطان الامعاء الغليظة.

وقالت الدراسة الاولى التى نشرتها مجلة بريتش ميدكال جورنال ان المواظبين على تناول المشروبات الكحولية باستمرار لديهم قابلية اكبر لنمو السرطان فى امعائهم خاصة اذا كانوا من المدخنيين.

فى غضون ذلك قالت دراسة اخرى نشرتها مجلة بريتش ميدكال جورنال ايضا ان الذين يدمنون على تناول اغذية الدسمة ذات السعرات الحرارية العالية لديهم قابلية كبيرة للاصابة بمرض السرطان خاصة سرطان الامعاء الغليظة.

واضافت الدراسة التى اعتمدت على مراجعة ملفات ١٤٨ شخصا ممن اجريت لهم عمليات استئصال السرطان تبين ان غالبية هؤلاء كانوا يتناولون وجبات غذائية عالية السعرات.

ودعت الدراسة الى عدم الاكثار من تناول اللحوم الحمراء والاغذية الدهنية وتجنب الافراط فى تناول السكر النقى.

الكحول تزيد من فرص الاصابة بسرطان الأمعاء

قالت دراسة طبية وزعت نتائجها مؤخرا ان التناول المفرط للمشروبات الكحولية تزيد من فرص الاصابة بمرض سرطان الامعاء الدقيقة فيما اكدت دراسة اخرى ان الاغذية ذات السعرات الحرارية العالية مثل اللحوم الحمراء

والدهون تزيد ايضا من فرص الاصابة بسرطان الامعاء الغليظة.

وقالت الدراسة الاولى التى نشرتها مجلة بريتش ميدكال جورنال ان المواظبين على تناول المشروبات الكحولية باستمرار لديهم قابلية اكبر لنمو السرطان فى امعائهم خاصة اذا كانوا من المدخنيين.

فى غضون ذلك قالت دراسة اخرى نشرتها مجلة بريتش ميدكال جورنال ايضا ان الذين يدمنون على تناول اغذية الدسمة ذات السعرات الحرارية العالية لديهم قابلية كبيرة للاصابة بمرض السرطان خاصة سرطان الامعاء الغليظة.

واضافت الدراسة التى اعتمدت على مراجعة ملفات ١٤٨ شخصا ممن اجريت لهم عمليات استئصال السرطان تبين ان غالبية هؤلاء كانوا يتناولون وجبات غذائية عالية السعرات.

ودعت الدراسة الى عدم الاكثار من تناول اللحوم الحمراء والاغذية الدهنية وتجنب الافراط فى تناول السكر النقى.

قنبلة فيروسية ذكية لاستئصال أورام الدماغ

يعكف العلماء في معهد السرطان الوطني الأمريكي على اختبار فعالية العلاج بـ"قنبلة فيروسية ذكية"، أظهرت بعض النجاح في استئصال أورام الدماغ بصورة كاملة دون إيذاء أنسجته السليمة كأول علاج مضاد للجليوما الخبيثة، التي تعتبر أشد أنواع السرطانات الدماغية فتكا.

وقد شجعت نتائج هذه الدراسة الواعدة الباحثين على المضي قدما في تطوير نوع من العلاج الفيروسي، يمكن اختباره على البشر، مع مطلع

السنة القادمة ويعرف هذا العلاج باسم"Delta-24-RGD" ، وقد صمم بحيث يمكن لفيروس الزكام التضاعف في الخلايا السرطانية فقط دون الخلايا السليمة فينتقل من خلية إلى أخرى لإصابة كل خلية ورم وعندما تنتهي الخلايا ولا يتوافر أي منها لإصابته يموت الفيروس من تلقاء نفسه.

وفي التجارب المتكررة التي أجريت في مركز آندرسون للسرطان تبين أن أكثر من نصف الفئران المصابة بأورام جليوبلاستوما البشرية وعولجت بالتقنية الجديدة بقيت على قيد الحياة لأكثر من أربعة أشهر واعتبرت في ذلك الوقت متعافية من جميع أورامها الدماغية وقد وجد الباحثون تجاويف وفراغات وأنسجة ندبية فقط في مكان الورم بعد العلاج أما الفئران غير المعالجة فقد عاشت لأقل من ثلاثة أسابيع فقط.
وقد أثبتت التقنية الفيروسية الجديدة فعاليتها في تدمير ٦٠ في المائة من أورام الجليوما البشرية، التي تمت زراعتها في الفئران بل ويمكن زيادة هذه الفعالية باتحادها مع علاجات أخرى

لقد عرف العلماء الكثير من المعلومات عن شيب الشعر لكنهم لم يتوصلوا حتى الآن إلى معرفة سبب ذلك. الشعر مادة معقدة جدا ، و لم تظهر الأبحاث حول بنيته و طريقة تكوينه إلا مؤخرا ، و يتكون الشعر من ألياف رقيقة مركبة من البروتينيات التي تسمى " الكراتين ". و هي مادة تدخل في تركيب الشعر و الأظافر ، و الحوافر و القرون عند الحيوانات. و عند فحص شعرة تحت مجهر قوي ، تبدو لنا مغطاة بأشكال كالحراشف، و هي طبقة تسمى البشرة الميتة أو الإهاب. و ينمو الشعر من جفر في

الأدمة، الطبقة الخارجية من البشرة ، و يمتد داخل الطبقة الداخلية من البشرة. و في نهاية الشعرة توجد بصيلة تحتوي على الأوردة الدموية الصغيرة التي تمد الشعر بالغذاء. حين ينمو الشعر يكون محاطا بطبقة واقية مصدرها الجذور ، و كلما ابتعدت الخلية عن الشعرة ، كلما جف الشعر و ازدادت قساوته ، و مات في بعض الأحيان. تستمر عملية نمو الشعر نحو أربع سنوات عند الرجال و ست عند النساء. حتى يبلغ طول الشعر نحو ٨٠ سنتم فتصبح الشعرة قادرة على حمل ٨٠ غرام. أي أن ألف شعرة ملتفة حول بعضها البعض ، كافية لتعلق شخص متوسط الحجم. و عملية النمو ليست دائمة إلى الأبد ، فبعد النشاط الحاد تبدأ البصيلة بمرحلة الراحة التي تستمر من ثلاثة إلى ستة أشهر قبل أن تبدأ بالعمل ثانية. فتكون شعرة جديدة و تدفع القديمة خارجا فتسقط. و يقدر العلماء أن الإنسان يفقد يوميا نحو مائة شعرة ، و هو معدل طبيعي ، لأن ٩٠ بالمائة من هذه الكمية تعود لتنمو من جديد. و يعتمد لون الشعر على صبغة خاصة تسمى الميلانين ، يتم إنتاجها في خلايا خاصة تسمى ميلانوسايتس ، و الميلانين نفسه بني اللون ، سواء كان لون الشعر أشقرا أو داكنا ، لأن اللون نفسه يعتمد على كمية الميلانين المنتجة و طريقة توزيعها. أما الشعر الأحمر فيحتوي على صبغة إضافية ، غنية بالحديد. و يبدأ الشعر بفقدان لونه حين يخمد نشاط الميلانوسايتس. و في الواقع ، لا يوجد شعر رمادي و آخر أبيض. فالمظهر الرمادي ينتج من الشعر الأبيض الذي يتخلله الشعر الذي ما زال يحافظ على لونه الأساسي. أما سبب تعب خلايا الميلانوسايتس فما زال مجهولا. و عندما يحدث الأمر عند المسنين ، فلا بد أن يكون لذلك علاقة ببطء عملية الأيض بشكل عام. و إلى الآن لا يزال غامضا إن كان الشعر الأبيض وراثيا ، و كذلك إن كان

فقدان خلايا الميلانوسايتس لقدرتها الطبيعية نتيجة صدمة أو ضغط عصبي أو نفسي. و يوجد الكثير من الوثائق التي تشير إلى أن بعض الأشخاص فقدوا لون شعرهم بين ليلة و ضحاها!!

أسنان العقل ضرورية إذا لم تكن مصابة

تلقى أطباء الأسنان في بريطانيا تحذيرا رسميا من عدم خلع أسنان العقل لمرضاهم إذا كانت في حالة سليمة، حتى لو رغب المرضى في عكس ذلك وقد جاءت هذه النصيحة من جانب المعهد الوطني للجودة الصحية الذي يؤكد أن خلع أسنان العقل السليمة يعتبر أمرا لا طائل من ورائه، وأنه قد يعرض المرضى لأضرار في الأعصاب أو التلوث، والنزيف، وربما الموت في بعض الأحيان .

وينصح المعهد بخلع الأسنان المصابة فقط، كما طالب بمراجعة حالات المرضى المسجلين على قائمة الانتظار أملا في إجراء جراحة لخلع أسنانهم ويقدر المعهد أن اتباع هذه النصيحة سوف يؤدي إلى توفير مبلغ خمسة ملايين جنيه إسترليني لنظام التأمين الصحي البريطاني.

وتقول جمعية أطباء الأسنان البريطانيين إنها تتبع إرشادات مماثلة منذ عدة شهور وإن أعضائها لا يقدمون على خلع أسنان سليمة لمرضاهم ويطلق تعبير أسنان العقل عادة على الجيل الثالث من الأسنان التي تبدأ في الظهور خلال عمر المراهقة، وقد ظلت مسألة خلع هذه الأسنان من مناطق الخلاف في الدوائر الطبية البريطانية وتبدأ مشكلة أسنان العقل إذا كان الفك ليس واسعا بدرجة كافية لاستيعابها، إذ قد تلتوي في هذه الحالة مسببة آلاما دائمة وقد يكون خلعها أمرا واردا في حالة حدوث

هذه الأعراض، لكن أطباء الأسنان قد يقدمون في بعض الأحيان على خلعها حتى إذا لم تكن سببا في أي مشكلات، على اعتقاد أنها قد تسفر عن مصاعب مستقبلية .

وبالرغم من أن الكثير من الأطباء وأطباء الأسنان يعتبرون أن الإقدام على خلع أسنان العقل في تلك الحالة أمر غير ضروري، فإن ذلك لا يمنع حدوثها في المستشفيات والعيادات التابعة للتأمين الصحي يذكر أن المعهد الوطني للجودة الصحية هو الجهة المخولة تقييم طرق العلاج والأدوية في بريطانيا وإبلاغ التأمين الصحي بمدى كفاءتها ورغم أن نصائحه ليست ملزمة قانونيا، فإنه من النادر أن تتجاهلها الهيئات الصحية

قال خبراء فى الصحة العامة فى دراسة نشرت فى « دورية الطب البريطانية « ان المدخنين يتضاعف لديهم خطر الاصابة بمرض « تجلل بقعة شبكية العين المرتبط بالتقدم فى السن » والذى يعد السبب الرئيسى وراء عمى البالغين بمعدل أربع مرات عن قرنائهم من غير المدخنين.

وعن معدل خطر الاصابة بالمرض تضيف الدراسة ان هذا المرض يتضاعف معدل خطر الاصابة به لدى المدخنين ثلاث أو أربع مرات حيث يعزى فى بريطانيا واحدة من كل خمس حالات اصابة به الى التدخين حيث يؤدى الى ضعف نظر ٤٥ الفا ويسبب العمى لقرابة ٨١ الفا وأن الغالبية العظمى من المدخنين لا يعلمون العلاقة بين تلك العادة والمرض .

وقالت الدراسة ان تحليلا للدراسات التى تتبعت العلاقة بين المرض والتدخين أظهر ان الاقلاع عن التدخين قد يقى أو يقلل من الاصابة بهذا المرض

وان المرضى الذين لايزالون يدخنون قد يؤثرون على استجابتهم للعلاج.

العسل الأصلي العلاج الوحيد لفيروس الكبد.

*مبيد الحشرات الطائرة علاج للسعة العقرب.

*الثعابين لا تقترب من مكان فيه رائحة البترول .

*تناول كوب من الماء البارد صباحا ينشط وظائف الكبد .

*قهوة شجر الرمرام تفتت وتخرج الحصى من المسالك البوليّة للأنسان.

*حيوان الوبر علاج لمرضى السكر .

*(السحلية) تعدو بسرعة فائقة لدرجة أنها تستطيع عبور أنهار وبحيرات دون أن تغرق.

*كثرة المسكنات للصداع تفاقم متاعب الصداع .

*بكتريا اللثة قد تسبب نوبات قلبية .

*الاصابة بمرض السكر قد يرجع إلى الكسل وعدم العمل.

*المشروبات الغازية تسبب عسر الهضم وزيادة الوزن بسبب السكر المضاف إليها.

*الجواد يستطيع أن يضل أشهرا واقفا على قدميه كما أنه ينام في هذا الوضع
إذ حباه الله بجهاز عضلي خاص يسمح لارجله بأن تظل مشدودة على الدوام لتحمل جسمه الثقيل دون عناء كبير.

*مجموع أطوال الاوعية الدموية في الانسان البالغ الذي يزن ٥٠ كيلو غراما نحو ١٠٠٠٠٠ كيلو متر وهو مايكفي للف الكرة الارضية عند خط الاستواء مرتين ونصفا وتبلغ مساحات سطوح هذه الاوعية نحو ٦٣٠٠ متر مربع.

*عدد الدول فى العالم لاتطل على البحر ٢٦ دولة.
*عدد الدول الاسلامية فى العالم ٤٤ دولة.

*من اقوى الحيوانات ذاكرة هو الجمل.

*كلمة اثيوبيا يونانية الاصل ومعناها الوجة المحترق.

*اكبر حقل بترول فى العالم يقع فى دولة الكويت .

*يصل عدد عظام الجمجمة الى ٢٢ عظمة .

*يؤدى فقدان ٢٠% من ماء الجسم الى الـــــــــــــــــــــوفاة.

أغرب مهر للزواج

في جاوا الغربية كان يتحتم على من ينوي الزواج أن يقدم ٥٢ذيل لفأر

وبهذه الطريقة استطاع حاكم المدينة من القضاء على الفئران التي كانت

تقضي على معظم محصول الأرز كل عام!!

البقدونس هو من التوابل المشهوره ذات القيمه الغذائيه العاليه
فى الطب القديم وصف ان البقدونس مدر للبول ويعالج التهاب المعده
ويذيب الحصى وملين ويزيل المغص .
اما فى الطب الحديث .البقدونس غن الفيتامينات (ب) و (أ) وغنى ايضا
بالكالسيوم والبوتاسيم والحديد والفوسفور.

ومن فوائده:

1- مفجر للقوى الجسديه والفكريه .
2- مجدد للخلايا.
3- فاتح الشهيه.
4- خافض للحراره.
5- يشفى اللتهاب اجفان العيون (بضربه فى الخلاط ويصفى بقطعه
شاش ثم يغسل به العين)

6-ويستعمل كفسول لتنظيف فروة الراس والوجه

ويوصف ايضا لعلاج الرمل البولى واضطراب الحيض ولعلاج الملاريا الطريقه يغلى ٥٠ جرام من القدونس الجذور او الاوراق فى لتر ماء لمدة خمس دقائق او تنقع لمدة ربع ساعه ويشرب منه كوبان فى اليوم قبل الطعام

ولعلاج طرد الديدان

يغلى قبضة من البقدونس ومثلهما من الكرفس ومثلهما من البنفسج فى كأس من الماء ويشرب على الريق

لعلاج الجروح

تهرس الاوراق وتستعمل كمادات للجروح والاورام والآلام

استعمال البقدونس فى التجميل

للحصول على بشره وضاءه جميله للوجه يغسل صباحا ومساء ولمده اسبوع بغلى قبضه من البقدونس فى لتر ماء لمدة ١٥ دقيقه ويستعمل فاترا

ينصح علماء التغذيه بأن يغسل جيدا قبل الاستعمال ولا ينقع لان النقع يذيب مافيه من فيتامين (ج)

يعتبر الخيار من الخضار الغنية بالماء وبالرغم من انه لا يحتوي على عناصر غذائية عديدة، إلا أنه يحتوي على كميات كبيرة من فيتامين" أ" وفيتامين

"س ."

وأكثر الأشخاص الذين يرغبون باتباع حمية غذائية للتخلص من الوزن الزائد يتناولونه بكثرة مع الجزر، لكونه يمنحهم الشعور بالشبع دون أن يزودهم بسعرات حرارية أو سكريات .

ومن فوائد الخيار نذكر :

ـ يخفف الآلام الناجمة عن الصداع .

ـ ينقي الجسم من الفضلات .

ـ يهدئ الأعصاب .

ـ يحافظ على صحة البشرة .

ـ يمنح المرء الشعور بالشبع ويرطب الجسم ويقي من الشعور بالعطش .

وينصح بتناول الخيار دون تقشيره نظراً لأن لقشر الخيار فوائد لا يستهان بها .

وأوضح خبراء التجميل أن الخيار يحتوي على عدة عناصر مهمة لوظيفة الجلد منها الكبريت الذي يحافظ على نضارة الجلد وطراوته، ومركبات كلوسايدس السكرية التي تغذي عضلات الوجه مؤكدين أنه يتمتع بخصائص مرطبة ومطهرة وملطفة ومليّنة، ويعتبر من المواد التي تناسب جميع أنواع البشرة .

واستعرض هؤلاء في تقرير نشرته مجلة" وومنز وورلد" بعضا من الوصفات الطبيعية التي يدخل فيها الخيار للتخلص من البقع الجلدية الناتجة

عن الولادة أو التعرض للشمس ومنها مسح الوجه ببرش خيارة ممزوجة مع الحليب بواسطة قطنة مرتين يوميا لعدة أيام متتالية ويمكن غلي الخيار بالماء ومسح الوجه به ساخنا وبارداً إذا كانت بشرة الوجه من النوع الدهني .

أما قناع الخيار فقد أثبت فعاليته في شد مسامات الجلد الواسعة من خلال مزج بذور الخيار وكمية مماثلة من بذور الشمام المطحونة بالحليب خالي الدسم ثم وضع هذا المزيج على الوجه لمدة نصف دقيقة إلى أن يجف ثم يتم نزعه بواسطة الماء العادي أو ماء الورد وتستخدم نفس الطريقة السابقة للجلد الجاف مع استبدال الحليب بالكريمة الطازجة .

وينصح بالخيار أيضاً لمعالجة حب الشباب والرؤوس السوداء وذلك بأخذ القليل من عصير الخيار وملعقة من الكريمة الطازجة وملعقة أخرى من ماء الورد أو ماء الزهر وبياض بيضة واحدة مخفوقة كما يمكن استخدام عصير الخيار في المساء ليستمر مفعوله طيلة الليل حيث يجعل الوجه أشقر اللون مع تكرار هذه العملية .

ومن المعروف أن أكل الخيار يسكن العطش ويبرد الجسم ويساعد على تخفيف الاضطرابات العصبية فضلاً عن احتوائه على ألياف السيليلوز الغذائية التي تسهل عملية الهضم وتطرد السموم وتنظف الأمعاء .
وبشكل عام فان الخيار يعتبر من الخضار التي يكثر تناولها الخيار الذي يعتبر من الخضار الملطفة في الأجواء الحارة والمنعشة للبشرة، والخيار كما هو معروف يمكن أن يؤكل دون طبخ بقشره أو بدونه .

من فوائد الخيار العلاجية تذكر الكتب المختصة بأنه يستخدم لمعالجة الاضطرابات الهضمية، ونظرا إلى أن الخيار يعتبر قاعديا لهذا فهو يعمل على تحقيق التوازن الحامضي القاعدي في الجسم، كما أنه يستخدم لعلاج الرمال والحصى البولية أو يعتبر الخيار مدرا جيدا للبول ولهذا ينفع الأشخاص المصابين بالاضطرابات البولية والتهابات المسالك البولية .

وتشير الدراسات إلى انه يحتوي على أنزيم الايريبسين الذي يساعد على هضم المواد البروتينية، كما أنه غني بالعناصر المعدنية كالبوتاسيوم الذي يعد ضروريا لتنظيم ضغط الدم الشرياني، ويعتبر الخيار من الخضار الغنية بفيتامين سي، ونظرا لاحتواء قشره على بعض المواد الغذائية لهذا ينصح بتناول الخيار بقشره من أجل الاستفادة من كامل خصائصه الغذائية والعلاجية .

ويستعمل الخيار كمساعد على الاسترخاء من جهة ولتلطيف البشرة من جهة ثانية حيث يمكن استخدام شرائح منه ووضعها فوق العينين وبشرة الوجه إذ يحافظ على نقاء البشرة واستمرار حيويتها.

اليوم من نفس جنس الثوم (Allium) ولايخلو منزل من وجود البصل فيه ولاتخلو كثير من الاكلات الا بوجود البصل.

لقد عرف الفراعنه البصل في مصر وقدسوه وخلدوا اسمه في كتابات على جدران الاهرامات والمعابد واوراق البردي وكانوا يضعونه في توابيت الموتى مع الجثث المحنطة لاعتقادهم انه يساعد الميت على التنفس عندما تعود اليه الحياة.

وذكر اطباء الفراعنه البصل في قوائم الاغذية المقوية التي كانت توزع على العمال الذين اشتغلوا في بناء الاهرامات، كما وصفوه مغذياً ومشهياً ومدرا للبول.

وقد قدسه ايضاً اليونانيون ووصفه اطباؤهم لعدة امراض ونسجت الاعتقادات القديمة حوله خرافات كثيره منها ان القشور الرفيعة التي تحيط بالبصل تقدم تنبؤات رصدية عن الطقس فاذا كانت عديدة ورقيقة وشفافة كان الشتاء قاسياً .

ويروي بعض مؤرخي القارة الامريكية ان الهنود الحمر عرفوا البصل وتداولوا استعماله واطلقوا عليه اسم "شيكاغو" وسميت مدينة "شيكاغو" باسم البصل، ومعنى شيكاغو: القوة والعظمة.

السمـــــوم

وقد اشاد علماء الطب القديم بفوائد البصل، فقالوا ان اكله نيئاً او مطبوخاً ينفع من ضرر المياه العلوثة ويحمر الوجه ويدفع ضرر السموم ويقوي المعدة ويهيج الباه، ويلطف البلغم، ويفتح السدد ويلين المعدة ويشفي من داء الثعلبة (دلكاً) والمشوي منه صالح للسعال وخشونة الصدر، وينفع وجع ا لظهر والورك، وماؤه اذا اكتحل به مع العسل نفع من ضعف البصر والماء النازل في العين، واذا قطر في الاذن نفع من ثقل السمع والطنين وسيلان القيح.

وذكر عنه داود الانطاكي "انه يفتح السدد ويقوي الشهويه خصوصاً

المطبوخ مع اللحم، ويذهب اليرقان، ويدر البول والحيض ويفتت الحصى."

وقال الرازي "اذا خلل البصل قلت حرافته وقوى المعدة والبصل المخلل فاتق الشهوة جداً ."وقال ابن البيطار "البصل فائق لشهوة ا لطعام ملطف ومعطس، ملين للبطن، اذا طبخ كان اقدر ادراراً للبول، يزيد في الباه ان اكل البصل مسلوقاً بالماء، والجور العشوي والجبن العقلي تقطع رائحة الصل من الفم.

ماهي المحتويات الكيميائية للبصل؟

يحتوي على نفس المادة التي يحتويها الثوم وهي ا للينز وكذلك متعددة السكاكر ومواد سكرية ومن اهمها السكروز وفلافونيدات وستيرودات صابونية ومواد معدنية من اهمها الكالسيوم والفوسفور والحديد والكبريت وفيتامين أ،ج ومركب الجلوكوزين التي تحدد نسبة السكر في الدم وهي تعادل الانسولين في مفعوله.

فوائد البصل الطبية:

للبصل فوائد لاتحصى ومن اهمها ما اثبتته التجارب التي اجريت على البصل في كلية فكتوريا وجامعة نيوكاسل في بريطانيا والتي تقول ان اكل البصل طازجاً او مطهواً بالزيت او السمن او مشوياً يقلل من نسبة الاصابة بجلطة الدم فقد اجريت التجارب الاكلنيكية على ٢٢مريضاً تتراوح اعمارهم بين ٧٨,١٩سنة، وكان يقدم لهم مع طعام الافطار ٦٠جراماً من ا لبصل بصور مختلفة وكانت النتيجة حصولهم على مناعة ضد الاصابة بالجلطات وكانوا يجرون باستمرار تحاليل على عينات من دماء المرضى

وقد تبين ان العامل الموجود في تركيب البصل والذي يمنع الجلطة ويقلل من نسبة الاصابة بها لايتأثر بالحرارة ولايذوب في الماء.

مطهـر للفـــم

ولقد اثبتت بعض الدراسات انه يمكن استخدامه في تطهير الفم حيث مضغ البصل او ا لثوم لمدة ٣دقائق تعد كافية لقتل جميع الجراثيم الموجودة بالفم. وقد ثبت ايضاً ان استنشاق بخار البصل او اكله يؤدي الى نفاذ الزيت الطيار الكبريتي الموجود فيه الى دم الانسان مما يؤدي الى ابادة الجراثيم المسببة للامراض وبذلك يمكن استخدام البصل في علاج امراض الجهاز التنفسي الناتجة من الاصابة بالجراثيم مثل التهاب الانف الحاد وكذلك التهابات الحلق والقصبة الهوائية والشعب الهوائية مثل النزلات الشعبية.

التجلط

كما ان الدراسات اثبتت ان البصل يمنع التجلط في شرايين القلب ولذلك فانه يعتبر من الادوية الوقائية الهامة للمحافظة على سلامة القلب ومنع حدوث الازمات والذبحة الصدرية ولعل هذا يكشف لنا سر قلة حدوث اصابة الفلاحين المصريين بالذبحات الصدرية نتيجة تناولهم البصل بكميات كبيرة في طعامهم وبصورة يومية.

الســكـــر

وكذلك اثبتت الدراسات العلمية ان ا لبصل يخفف السكر لدى مرضى السكري فقد وجد ان البصل يحتوي على مادة الجلوكوزين وهي مادة

شبيهة بهرمون الانسولين، ولها مفعول مماثل او قريب من مفعول الانسولين حيث تساعد على تخفيف نسبة السكر في الدم.

كما اثبتت الدراسات ان البصل يستعمل في علاج نوبات الربو حيث يستعمل عصير البصل بمقدار ملعقة صغيرة ممزوجة مع ملعقة من العسل كل ثلاث ساعات حيث ان للبصل قدرة فائقه على طرد البلغم من الشعب الهوائية والتي تسبب ضيق هذه الشعب مما ينتج عنه الصعوبة في التنفس وحدوث ازمات الربو.

السـرطـان

اما فيما يتعلق بالسرطان فقد حقن الطبيب الفرنسي جورج لاكوفسكي بعصل البصل كثيراً من المرضى لاسيما مرض السرطان فحصل على نتائج طيبة ويمكن عمل حقنه شرجية تعمل من عصير البصل المستخرج بالضغط لتحقيق ذلك.

الـزكـام

واثبتت التجارب ايضاً نجاح البصل في علاج الزكام والانفلونزا وذلك بعمل شراب من البصل حيث تقطع البصلة الى حلقات وتوضع في طبق ثم يضاف اليها السكر وتترك لمدة ٢٤ساعة حتى يتم الترشيح ثم يؤخذ من ٢الى ٥ملاعق من هذا الرشاحة يومياً.

نقص الشهية

لقد وافق دستور الادوية الالماني رسمياً على استخدام البصل لعلاج نقص

الشهية وتصلب الشرايين ولعلاج مشاكل سوء الهضم.

ولعلاج الحمى والبرد ولعلاج الحكة والتهاب الشعب الهوائية ولعلاج ضغط الدم المرتفع ولعلاج الالتهابات الجرثومية والتهابات الفم والحنجرة.

الـدمـــامـل

والبصل والثوم على حد سواء وبالاخص اوراقهما تسرع في نضج الدمامل والداحوس الذي يتكون في اصابع اليد قرب الاظافر وكذلك الجرجد الذي يتكون في مقلة العين وذلك بدق الاوراق الطازجة ووضعها على مكان الاصابة اما الثوم فيمكن مسح مائه الذي يخرج من احد الافصاص على جدجد العين فيشفى بسرعة.

الحفظ

ويجب حفظ البصل والثوم في مكان جاف وحسن التهوية ويبعد عن الرطوبة ويستخدم من البصل متوسط الحجم فهو الافضل لايصح الاحتفاظ بالبصلة او الثوم المقشر او ا لمفروم لانها تتأكسد بالهواء وتصبح سامة.

تقشـــيره

وللتخلص من اسالة الدمع عند تقشير البصل فيمكن تقشيرها والماء يصب عليها من الحنفية حيث ان ا لماء يمنع كبريتات الاليل من اثارة الدموع. وللتخلص من رائحة البصل التي تلتصق باليدين تغسل اليد بماء فاتر فيه كمية من الملح او ملعقة من الامونيا. وللتخلص من رائحة الثوم يتناول الشخص حبات غضة من الفول او حبات من البن او الكمون او الينسون او الهيل او عروق البقدونس او تفاحة.

الثـــــوم

الثوم دواء عشبي مثالي معروف برائحته وطعمه الحريف وهو مأمون تماماً للاستخدام المنزلي وعلاج قوي لجملة من المشكلات الصحية.
وهو نبات عشبي من جنس (Aillum) ومن فصيلة الزنبقيات.

لقد عُرف الثوم منذ القدم واستفاد البشر من خصائصه من القرن الخامس قبل الميلاد، النقوش المحفورة على هرم الجيزة الذي بني منذ ٤٥٠٠سنة، تذكر أن فصوص الثوم كانت توزع على العمال الذين عملوا في بناء الأهرامات ليأكلوها قبل البدء في العمل، فتمنحهم القوة وتقيهم من الأمراض.
وكان الفراعنة يبتلعون الفصوص كما هي تكريماً لها، كما كانوا يقدمون الثوم قرباناً لآلهتهم. وكان اليونانيون يكرمون الثوم ويقدمونه قرباناً.

ورد ذكر الثوم في مسرحيات "اريستوفان" ومدح العالم الروماني "بليني" فوائده في علاج كثير من الأمراض.

أما العرب فقد عرفوه من القدم فأشاروا إليه في كتاباتهم الطبية ومما قاله فيه الشيخ الرئيس ابن سينا: الثوم ملين يحل النفخ جداً، مقرح للجلد، ينفع من تغير المياه ورماده إذا طلي بالعسل على البهاق نفع، وينفع من داء الثعلبة، ومن عرق النساء وطبخه ومشويه يسكنان وجع الأسنان، وكذلك المضمضة بطبيخه، ويصفي الحلق مطبوخاً، وينفع من السعال المزمن ومن اوجاع الصدر ومن البرد والجلوس في طبيخ ورقه يدر البول والطمث وشرب مدقوقه مع العسل يخرج البلغم.

وقال القزويني في كتابه "عجائب المخلوقات" ورق الثوم يمضغ ويوضع على العين الرمدة أنفع لها من كل ذرور وإن مضغ مع العسل وطلي به الوجه تذهب تشققاته وكلفه."

وقال ابن البيطار "محرك للريح في البطن والسخونة في الصدر وفي الرأس وفي العين، يلين البطن، ويخرج الديدان."

ونقل الثوم عن العرب إلى أوروبا فكان أول من ادخله إلى فرنسا "غودفراد دي بويون" حين عاد مع الصليبيين من فلسطين ولقد نال حظوة كبيرة عند الفرنسيين.

ذكر الشاعر الفرنسي" فيسكتور هوغو" الثوم في قصيدته الشهيرة "بوز الخالد" إنه كان يقدم الثوم للحصادين التابعين له ليتناولوه مع الخل فيثير ذلك نشاطهم في العمل. والرومان كانوا يأكلون الثوم قبل دخولهم إلى حلبة المصارعة.

المحتويات الكيميائية

يحتوي الثوم على مركب يُعرف باسم اللينز (Allins) وهو عبارة عن الكايل سيستين سلفوكسايد (Alkylcystine Sulfoxides) وعند قطع أو هرس فصوص الثوم يتحول هذا المركب إلى مركب آخر هو اليسيسن (Allicine) الذي يُعرف باسم داي الايل داي سلفايد مونو إس اوكسايد (diallul-disylphide-mono-s-oxide) والثوم إذ يبس ثم أُعيد ترطيبه في الماء فإنه يحتوي على زيت يتكون من

المركبات المعروفة باسم Vinul dithiins. Ajoens.
Oligosulfidesكما يحتوي الثوم على مواد عديدة التسكر
(Polysaccharides)ومواد صابونية
(Sapnins).كما يحتوي على بروتين ودهن وأملاح معدنية وفيتامينات
أ، ب، ج، ه.

الفوائد الطبية الحديثة

لقد اثبت العالم لويس باستور الكيمائي الفرنسي العظيم في القرن التاسع عشر احتواء الثوم على خصائص مطهرة وقد استفادت الجيوش البريطانية والألمانية والروسية من هذه الخصائص خلال الحربين العالميتين الأولى والثانية. ومنذ ذلك الوقت أكدت العديد من الدراسات أن الثوم فعال ضد البكتريا والفطريات والفيروسات والطفليات.

لقد بدأ العلماء في السنوات الأخيرة بدراسة الثوم بشكل مكثف حيث نشرت ٥٠٠مقالة في المجلات العلمية والطبية حول الآثار الوقائية للثوم منذ اواسط الثمانينات وقد ركزت هذه البحوث على تأثير الثوم على الكوليسترول في الدم وضغطه وكذلك صفائح الدم التي تشكل المتخثرات الدموية وبالتالي تخفض من خطر الإصابة بالنوبات القلبية والسكتات الدماغية.

السـرطـان

كما تُشير الأبحاث الجارية حالياً إلى أن الثوم يحتوي على خصائص مضادة للسرطان حيث اتضح أن الثوم يقلل خطر الإصابة بسرطان القولون .وقد

اثبتت الدراسة على حيوانات التجارب أن الثوم يساعد على تقليص الخلايا السرطانية لسرطان الثدي والجلد والرئتين بالإضافة إلى أنه يقي من سرطان القولون والمرئ.

مضـــاد حيـــــوي

كما ثبت من خلال الدراسات التي تمت في ألمانيا واليابان والولايات المتحدة الأمريكية على أن الثوم مضاد حيوي. وقد أعلن الطبيب الأستاذ "هانزرديتر" الألماني أنه تأكد له أن الثوم ينقي الدم من الكوليسترول والمواد الدهنية وأنه يقتل الجراثيم التي تسبب السل والدفتريا، وفي بعض الحالات كان أشد فعالية من البنسلين والستربتومايسن وبعض المضادات الحيوية الأخرى.

الجـــــراثيـــم

وجاء في نتيجة أبحاث أجراها علماء روس أن الأبخرة المتصاعدة من الثوم المقشر أو المقطع تكفي لقتل كثير من الجراثيم دون حاجة إلى أن يلمسها الثوم، وشاهدوا أن جراثيم الدسنتاريا والدفتريا والسل تموت بعد تعريضها لبخار الثوم أو البصل لمدة خمس دقائق. كما أن مضغ الثوم مدة ثلاث دقائق يقتل جراثيم الدفتريا المتجمعة في اللوزتين.

وقد تمت دراسة علمية على الثوم والبصل بكلية الصيدلة - جامعة الملك سعود - على الجراثيم التي تعيش في فم الإنسان وتسبب التسوس وقد افادت الدراسة أن الثوم قضى على جميع أنواع الجراثيم في الفم بينما قضى البصل على ثلثي الجراثيم وقد نُشر هذا البحث في مجلة

الفايتوثربيا الألمانية.

الكوليسترول

وقد قامت دراسة اكلينيكية على ٤٢مريضاً يعانون من ارتفاع كوليسترول الدم وضغطه والسكر وقد أعطي كل واحد منهم جرعات من مسحوق الثوم بمقدار ٩٠٠ملجم يومياً ولمدة اثني عشر أسبوعاً فانخفض معدل الكوليسترول وكذلك ضغط الدم والسكري بشكل كبير وعلى إثر ذلك صنعت عدة مستحضرات من الثوم بوساطة شركات كبيرة.

ولقد برهن الدستور الألماني على أن الثوم يستعمل علاجاً ضد ارتفاع الكوليسترول وضد ضغط الدم المرتفع وكذلك ضد تصلب الشرايين.

مطهر

والثوم يستخدم كمطهر للامعاء ويوقف الإسهال الميكروبي فقد ثبت حديثاً أن زيت الثوم وعصارته لها تأثير قاتل على كثير من الجراثيم التي تصيب الأمعاء وتسبب الإسهال وهو في هذا المجال أقوى تأثيراً من كثير من المضادات الحيوية. كما أمكن استخدام الثوم شرجياً لإيقاف الدسنتاريا وإزالة عفونة الأمعاء. كما أن الثوم ملين جيد للامعاء.

كما يستخدم الثوم لعلاج مرض التيفود وتطهير الأمعاء من الديدان حيث استحضر من الثوم دواء تحت مسمى (أنيرول) على هيئة كبسولات.

الكحة والربو

ويستخدم الثوم لعلاج الكحة والربو والسعال الديكي حيث يؤخذ شراب منه مكون من عصير الثوم ملعقة + ملعقتين من العسل الأسود أو إضافة

العسل على ثلاثة فصوص من الثوم وتؤخذ مرة واحدة على الماء.

أما في حالة السعال الديكي فيمكن إعطاء الطفل من ١٠- ١٢نقطة من عصير الثوم مع عصير البرتقال كل أربع ساعات.

ويستخدم الثوم كمادة مطهرة للجروح ولكثير من الأمراض الجلدية فقد ثبت استخدامه لعلاج الثعلبة وكذلك البهاق من النوع الأبيض نظراً لما للثوم من خاصية قتل الجراثيم. وكذلك العدوى الفطرية.

فيتامينات مضاده لمرض(باركنسون)

يقول خبراء في مجال الكيمياء الجهاز العصبي ان نقص حمض فوليك اسيد قد يتسبب بمرض(باركنسون) او الشلل الرعاشي.حيث ان نقصان مادة فوليك اسيد تؤدي الى زيادة مادة (هوموكستين) التي تسبب اضرار لجزء من المخ وتنظيم حركة اعضاء الجسم.

اما الوقايه من المرض هو عن طريق تناول المواد الغنية بفوليك اسيد وهي:

*الفواكه الحمضيه(البرتقال ، الليمون)..

*الخضار كثيره الاوراق الخضراء(بقدونس ، الجرجير)..

يعتبر كريس سميث مستشار التغذية من أكبر أنصار الدعوة للتغذية النباتية كأسلوب غذائي للاستمتاع بالرشاقة والحيوية .

وقد قام بعمل دراسات على معظم الأغذية النباتية لمعرفة تأثيرها وأثرها

على أنسجة الجسم وتوصل إلى عدة حقائق مذهلة جعلت الفجل الأبيض يأتى في مقدمة الأغذية التي يوصى بها في برامج إنقاص الوزن الزائد .

حيث ثبت أن الفجل الأبيض يساعد على إذابة الدهون الزائدة والتخلص منها و بالتالي المساعدة في إنقاص الوزن الزائد .

وتعتبر سمنة الأرداف من أكثر المشاكل التي تؤرق المرأة ذات الوزن الزائد وثبت أن الفجل الأبيض يساعد في حل هذه المشكلة عن طريق المساعدة في إذابة الدهون في تلك المنطقة .

وأكد كريس سميث أن الخضراوات الورقية تعتبر وسيلة فعالة لإنقاص الوزن الزائد، لذلك ينصح خبراء التغذية بألا تقل كمية الخضراوات الورقية عن ٢٥-٣٥% من إجمالي كمية الوجبات الغذائية سواء كانت تؤكل طازجة أو مسلوقة أو مطبوخة على أن يمثل الفجل الأبيض جزءاً من هذه النسبة لما له من تأثير فعال في التخلص من الدهون وخاصة منطقة الأرداف .

كذلك يمكن تناول الخضراوات الطازجة بين الوجبات الغذائية دون خلل بالمحتوى السعرى المتناول يومياً، حيث إن وجود تلك الأغذية الغنية بالألياف وخاصة الفجل الأبيض يسهل عمليات حرق السعرات والدهون الزائدة وخاصة بمنطقة الأرداف.

ما العلاقة بين الانسولين والسكر؟

في البداية من المفيد أن نعرف أن السكر في الدم (الجلوكوز Glucoseأو سكر العنب أو سكر الدم) يعتبر مصدر الطاقة الرئيسي لكافة التفاعلات الحيوية المهمة لاستقرار خلايا الجسم في الحياة وتأدية الوظائف المطلوبة منها والتي تشكل في مجموعها عمل الجسم ككل

من جهد عقلي وعضلي. ويحتوي جسم الإنسان الطبيعي على كمية محددة من السكر في الدم تتراوح عند شخص صائم ما بين ٧٠-١٢٠ ملغرام لكل ١٠٠ مل (أو سنتيمتر مكعب) من بلازما الدم، أو بالمقياس الآخر تكون من ٣,٥ إلى ٦,٧ ملي مول للتر الواحد. وهذه الكمية قابلة للزيادة والنقصان بحسب كمية ونوعية الغذاء المتناولة.

ولكي يستطيع الجسم استعمال الجلكوز كمصدر للطاقة فلابد من وجود هرمون الإنسولين Insulin الذي يساعد على دخول الجلكوز إلى داخل الخلية وبدء عملية التمثيل الغذائي للجلكوز لإنتاج الطاقة الحرارية. وتتم عملية دخول الجلكوز إلى داخل الخلايا بواسطة مستقبلات خاصة بالإنسولين على سطح الخلايا. أي فقط بوجود الإنسولين على المستقبلات الخاصة به على سطح الخلايا يتم نفاذ الجلكوز إلى داخل الخلايا. هنا نستطيع أن نقول أن داء السكري هو عبارة ارتفاع نسبة السكر في الدم فوق المعدل الطبيعي نتيجة لنقص في إفراز هرمون الإنسولين أو عدم فاعليته أو كليهما معا.

وإذا عرفنا أن أي كمية من الطعام يتناولها الإنسان، وخاصة اذا كان يحتوي على مواد نشوية أو سكرية كما هو الحال في الطعام العادي، تؤدي إلى ارتفاع كمية السكر عن الحد السوي وهذا يؤدي إلى استثارة مستقبلات خاصة تحرك البنكرياس Pancreas على إفراز هرمون الإنسولين Insulin الذي يتدخل بآليات معقدة ليعيد كمية السكر إلى الحدود السوية. وكذلك إذا عرفنا أن الكبد ومجموعة كبيرة من الهرمونات تتدخل في هذا العمل أدركنا أهمية السكر في الدم وعرفنا

تفسير ترافق مرضى السكر مع الكثير من أمراض الغدد الصماء والكبد وكذلك اضطراب هذه الأجهزة إذا كان الداء السكري هو المرض الأولي الذي له علاقة بالأنسولين والبنكرياس. فما هو البنكرياس؟ وما هو الأنسولين؟ وما علاقتهما بمرض البول السكري؟

كيف يتم المحافظة على توازن السكر في الدم؟

إن معدل سكر العنب (الجلكوز) في دم الإنسان السليم ثابت، ويبلغ حوالي جرام واحد لكل كيلوجرام من بلازما الدم. إلا إن هذه النسبة وسطية، لأن نسبة سكر العنب قد ترتفع بعد وجبة غنية بالسكر والنشاء مثلا، وقد تنخفض هذه النسبة قليلا إذا امتنع الشخص عن تناول الكربوهيدرات كالسكر والخبز والأرز. وفي مطلق الحالات لا يحتمل دم الإنسان نسبة عالية من سكر العنب (الجلكوز). فإذا ارتفعت نسبة سكر العنب عن معدل ١,٨ جرامات بالألف، تقوم الكليتان بطرح الفائض في البول، وتسمى هذه الحالة المرضية بالبول السكري (داء السكري)

كيف تتم المحافظة على نسبة السكر في الدم؟

عندما ترتفع نسبة السكر في الدم تفرز غدد البنكرياس الصماء، أي خلايا بيتا، هرمون الإنسولين الذي يحول سكر العنب إلى مادة نشوية (مادة احتياطية) لكي تنخفض نسبة السكر في الدم، فتعود إلى معدلها الطبيعي. ويطلق على هذه المادة اسم النشاء الحيواني أو الجلايكوجين glycogen. يخزن الجلايكوجين في الكبد والعضلات وذلك لاستعماله

فيما بعد كوقود للجسم حيث يتحول عند ذلك إلى سكر عنب. كما أن بعضا من الجلوكوز يتحول إلى دهون ثلاثية تخزن في المناطق السمينة من الجسم.

أما إذا انخفضت نسبة السكر، فتفرز غدد لانجرهانز هرمونها الثاني من خلايا ألفا alpha (الذي له مفعول معاكس لمفعول الأنسولين) والمعروف باسم جلوكاجونglucagon ، فيحول النشاء الحيواني (المادة الاحتياطية) إلى سكر العنب، فترتفع نسبة السكر في الدم مرة أخرى إلى معدلها الطبيعي.

ولكن إذا نقص إنتاج الإنسولين من البنكرياس بسبب تلف خلايا بيتا أو بسبب نقص في عدد مستقبلات الإنسولين على سطح الخلايا أو بسبب خلل في شكلها فإن الجلكوز لا يتسطيع دخول الخلايا مما يؤدي إلى ارتفاع نسبة الجلكوز بالدم والإصابة بداء السكري.

حب الشباب

"حب الشباب هو بثور جلدية تظهر في سن البلوغ على الوجه أو الرقبة أو الصدر أو الظهر أو الأكتاف، وتصيب الذكور والإناث على حد سواء، وقد يظهر حب الشباب ويختفي وحده دون علاج أو آثار لاحقة، إلا أن هناك حالات تجب معالجتها وإلا تركت ندباً (Scars)جلدية وآثاراً نفسية سيئة دائمة.

كيفية حدوث حب الشباب:

تنتشر في الجلد المسامات التي يخرج منها الشعر والعرق والدهن، ففي جراب الشعرة follicule الموجود في الأدمة من الجلد تصب الغدد الدهنية إفرازاتها الدهنية لتخرج مع الشعرة من المسامات الجلدية لتغطي الشعر والجلد بطبقة دهنية رقيقة تمنع تبخر الرطوبة وجفاف الجلد.

أما في سن البلوغ فتزداد مستويات الهرمونات الذكرية في الذكور والإناث على السواء، أو يزيد تحسس الغدد الدهنية لها، وعندما يصل هرمون التستوستيرون testosterone إلى الغدد الدهنية الموجودة في الجلد يتم تحويله إلى الهرمون الأقوى دايهايدروتستوستيرون Dihydrotestosteroneبواسطة أنزيمه alpha-reductaseويقوم هرمون دايهايدروتستوستيرون بزيادة حجم الغدد الدهنية ونشاطها في الجلد، كما يزيد من تقشر الخلايا المبطنة لجراب الشعرة، الأمر الذي يجعل من الخليط المكون من الدهون والخلايا سدادة تغلق فوهة جراب الشعرة وتجعل الوسط مثالياً لنمو البكتيريا الدهنية التي تعيش على الدهون الموجودة في جراب الشعرة.

تقوم البكتيريا Propionibacterium Acnes بتحليل الدهون الموجودة بواسطة أنزيم ليبيز Lipase إلى أحماض دهنية fatty acidsمهيجة تؤدي إلى احمرار وحكة ثم صديد وانتفاخ جراب الشعرة محدثة بثوراً جلدية ذات رؤوس مفتوحة سوداء اللون، سهلة العصر والتفريغ، ونادراً ما تكون التهابية non- inflammatory Acne....أما الرؤوس المغلقة البيضاء فيصعب عصرها وقد يؤدي عصرها إلى التهابات جلدية Inflammatory Acne بسبب تمزق

جدران جراب الشعرة الملتهبة الضعيفة وإثارة ردود فعل مناعية موضعية بدرجات متفاوتة الشدة والخطورة، وتكوين دمامل تترك ندباً في الجلد بعد اندمالها.

وللشعرة دور كذلك في زيادة الحالة سوءاً، فإن كانت الشعرة قصيرة وناعمة فقد تحجز داخل جرابها مع الدهون والبكتيريا والخلايا المنتشرة المتلاصقة. أما إذا كانت الشعرة سميكة وطويلة فقد تخفف من شدة الحالة .

مما سبق وصفه يمكن القول أن حب الشباب هو خلل يصيب وحدة جراب الشعرة، ويشترك في هذا الخلل زيادة إفراز الغدد الدهنية، وخلل الانقسام القلوي في جراب الشعرة، ونمو بكتيري موضعي، ورد فعل مناعي موضعي.

أسباب تهيج حب الشباب:

قد يهيج حب الشباب قبل الدورة الشهرية وفي خلال فترة الحمل، وذلك للخلل في توازن الهرمونات الجنسية، وكذلك تناول أدوية تعمل على زيادة مستوى الهرمونات التي لها طبيعة ذكرية، أو حبوب منع الحمل التي تحتوي على بروجستين له صفات ذكرية، وكذلك بعض مواد التجميل والدهونات الجلدية، وقد يؤدي ترطيب الجلد إلى تشرب الجلد للماء وانتفاخه مغلقاً المسامات الجلدية، ومن ثم يحجز الدهون داخل جراب الشعرة. وهذا يفسر تهيج حَبّ الشباب في الجو الحار الرطب وتحسنه في الجو الجاف المشمس، وكذلك يزيد الحالة سوءاً كل وضع يسد أو يؤدي

إلى انسداد مسامات الجلد كالربطة حول الجبهة أو اتكاء الذقن أو الخد على الكف، أو الملابس الخشنة غير النفاذة.

كما أن التعرض للمركبات الهالوجينية والأشعة فوق البنفسجية والدهون الحيوانية والمشتقات البترولية قد يسبب ما يشبه حَبّ الشباب.

الأدوية التي تثير حَبّ الشباب :

منها: الهرمونات الذكرية أو حبوب منع الحمل التي تحتوي على نورجسترل Norgestral أو نورثندرون Norethindrone ، ومركبات اليود أو البروم والفينيتوين والهالوبيريدول Haloperidol ، والإيزونيازايد Isoniazide ، والليثيوم، ومستحضرات الغدة الدرقية.

حب الشباب والغذاء:

لا يوجد ما يؤكد أن نوع الغذاء له علاقة بأسباب مرض حب الشباب ولا يعالج حب الشباب باتباع حمية غذائية معينة، إلا أن بعض المرضى قد يجد أن نوعاً من الأغذية يهيج حب الشباب عنده، فقد اكتشف أحد المصابين بحب الشباب بعد ٣٧ عاماً من بداية الإصابة بحب الشباب أن تناول السكر يؤدي إلى تهيج حب الشباب عنده بعد ثلاثة أيام من تناوله للسكر أو أطعمة أو مستحضرات تحتوي على السكر، ومن الجدير بالذكر هنا أن حب الشباب قد يهيج أو يهدأ دون معرفة الأسباب من قبل المريض.

لذا وبالرغم من انقسام الرأي حول علاقة نوع الغذاء بحب الشباب فإن زيادة تناول الدهون وقلة الألياف والسكريات المكررة قد تؤدي إلى تهيج

علاج حب الشباب:

إن الهدف من المعالجة هو التحكم في المرض والتقليل من آثاره السيئة الدائمة، وذلك بتنبيه المصاب إلى عدم التعرض إلى ما يسد المسامات الجلدية من ملابس أو رطوبة وتجنب اتكاء الخد أو الجبهة أو الذقن على اليد أو غيرها. ثم نصح المريض بعدم استخدام مستحضرات دهنية، كما ننصح بغسل الشعر الدهني بالشامبو المناسب، وغسل الوجه بالماء الدافئ والصابون المناسب مرتين إلى ثلاث مرات يومياً (لفتح المسامات). وعدم التعرض للمواد الكيماوية أو الأجواء الملوثة بالمواد الكيماوية أو الزيوت المتطايرة من مقالي المطاعم .

العلاج غير الدوائي:

النظافة الجلدية : يغسل مكان الإصابة بالماء الدافئ والصابون لإزالة الطبقة الدهنية وفتح مسامات الجلد عدة مرات يومياً للوصول إلى جفاف جزئي للبشرة دون المبالغة أو الوصول إلى جفاف كلي مهيج للبشرة.

ويستخدم الصابون العادي أو الطبي ولكن لا يستخدم الصابون الذي يحتوي على زيوت مرطبة للجلد.

كما يمكن استخدام المستحضرات التي تعمل على حك الطبقة الخارجية للجلد لإزالتها، ولكن هذه المستحضرات لا تصلح لحب الشباب الالتهابي ذي الرؤوس البيضاء؛ لأنه قد يزيدها سوءاً. وقد يفيد المصاب استخدام بعض

أنواع الورق المبلل بالكحول أو الأسيتون أو غيره لتنظيف البشرة من حين لآخر لمن لا يتمكن من غسل وجهه عند الحاجة.

العلاج الدوائي:

المستحضرات الخارجية: هناك مستحضرات عديدة تقليدية وحديثة لعلاج حب الشباب، فمنها ما يحتوي على حامض الساليسلك Salicylic acid أو الريسورسينول Resorcinol أو الكبريت Sulphur أو كلها مجتمعة في مركب واحد.

تعمل هذه الأدوية على تقشير الطبقة الخارجية Surface Keratolyticللجلد، ومن ثم قد يسهل خروج محتويات جراب الشعرة للخارج.

لا توصف الأدوية الخارجية لعلاج حب الشباب لمساحات واسعة من الجلد كالصدر أو الظهر، وذلك لعدم وجود معلومات كافية عن مأمونيتها وما قد تحدثه من آثار جانبية.

بنزويل بيروكسايد: Benzoil Peroxide

هو واحد من أقوى الأدوية المستخدمة موضعياً لحب الشباب وأوسعها انتشاراً، يحدث تهيجاً وتقشراً لطبقة الجلد الخارجية ، كما أن قوته المؤكسدة قد يكون لها فعالية مضادة للبكتيريا، ومن ثم تخفف من تكوين الأحماض الدهنية المهيجة.

كيفية استخدام بنزويل بيروكسايد

- يغسل المكان بالماء الدافىء والصابون (غير الطبي) ويجفف بنعومة.

- تدهن المنطقة المصابة مرة أو مرتين يومياً.

- عند البداية وخوفاً من ردود تحسس الجلد السيئة يتم دهن بعض الجلد المصاب بكمية بسيطة من العلاج ٢,٥% - ٥% ثم غسله بعد خمس عشرة دقيقة؛ وذلك للوقوف على مدى تحسس الجلد للدواء، فإن استطاع المريض تحمل الدواء مدة ساعتين فيمكن بعدها تركه طوال الليل، واستخدام تركيزات دوائية أعلى.

- أما إن ظهر بعد فترة جفاف شديد ومشكلات جلدية فيتم اللجوء إلى استخدام تركيزات أقل، ومدة تركه على الجلد أقل، كما يمكن استخدام الكمادات الباردة لتلطيف تهيج الجلد.

- عدم الاقتراب من الأنسجة المخاطية كالعين والفم والأنف، لأنه يسبب الشعور باللسع.

- الشعور بلسع الجلد العابر لا يعتبر سبباً لإيقاف العلاج إلا إذا استمر أو ازداد شدة.

- بنزويل بيروكسايد مؤكسد قوي فقد يبيض الشعر أو الملابس.

- عدم التعرض لأشعة الشمس أو لضوء المصابيح القوية، لأنه يزيد الآثار الجانبية على الجلد.

- قد يبدأ ظهور الآثار العلاجية خلال ٤-٦ أسابيع.

تريتنوين tretinoin أو مستحضرات: Retinoic acid

تعمل مشتقات فيتامين أ (A) على تنظيم الانقسام الخلوي في جراب الشعرة، وتفريغ البثور، ومنع تكوين بثور جديدة مهيجة للجلد أكثر من بنزويل بيروكسايد، خصوصاً عند بداية الاستعمال.

وتستخدم مشتقات فيتامين أ في علاج حب الشباب المتوسط والشديد بعد فشل المستحضرات الأخرى، ويستخدم لحب الشباب الناجم عن المعالجة بالأدوية الاستيرويدية أو الأشعة المؤينة أو القطران أو المواد الهايدروكربونية.

قد يظهر احمرار وتقشر في الجلد خلال الأسبوع الأول من المعالجة، وقد يستمر ٣-٤ أسابيع . فإن كان الاحمرار أو التقشر شديداً يستعمل العلاج يوماً بعد يوم. ويتوقع أن يسوء حب الشباب في فترة ٤-٦ أسابيع الأولى من المعالجة إلا أنه يجب الاستمرار في المعالجة. وقد تحتاج المعالجة إلى ٨-١٢ أسبوعاً لرؤية فعالية المعالجة وعدم التعرض لضوء الشمس؛ لأنه قد يزيد تحسس الجلد وتهيجه .

المضادات الحيوية الخارجية: Topical antibiotics

تعتبر المضادات الحيوية المستخدمة على سطح الجلد فعالة ولكنها أقل

فعالية من المعالجة ببنزويل بيروكسايد السابق الذكر.

تعمل المضادات الحيوية على تقليل وجود البكتيريا في جراب الشعرة؛ ولذلك فإن المستحضرات الدهنية الذوبان، مثل كلنداماسين والإريثرومايسين والتتراسايكلين، تستطيع أن تنتشر في طبقة الدهون الموجودة في جراب الشعرة لتصل إلى البكتيريا وتقضي عليها.

المضادات الحيوية الداخلية (أي عن طريق الفم)

وتستخدم في علاج الحالات المتقدمة من الإصابة بحب الشباب، ومنها: دوكسيسايكلين، إريثرومايسين، مينوسايكلين، تتراسايكلين، تريميثوبريم-سلفاميثوكازول، وتعمل على الحد من نشاط البكتيريا الموجودة في جراب الشعرة مخففة بذلك آثارها الالتهابية.

ويعتبر التتراسيكلين هو المفضل؛ لفعاليته وثمنه وقلة آثاره الجانبية مقارنة بباقي المستحضرات الأخرى، ويتم تناوله على معدة خالية لزيادة الفعالية. أما المينوسايكلين فهو أغلى ثمناً وقد يسبب آثاراً جانبية على السمع، وقد يسبب تلون الجلد . أما تريميثوبريم-سلفاميثوكازول فإنه يسبب تهيجاً للجلد أكثر من غيره. ومن الجدير بالذكر أنه بعد الوصول إلى نتائج مرضية من تناول المضادات الحيوية الداخلية يحول المصاب إلى استخدام المضادات الحيوية الموضعية.

المعالجة بالاستروجين: Estrogen

قد يستخدم هرمون الاستروجين في علاج حالات حب الشباب الشديدة أو

التي لا تستجيب للمعالجة السابقة عند الإناث صغيرات السن، إلا أن فعالية الاستروجين في علاج حب الشباب قد تختلف نتائجها بين مريضة وأخرى.

وقد تكون فعالية الاستروجين متمثلة في تخفيف تكوّن التستوتسيرون أو منافسته على مستقبلاته في الخلايا الدهنية .

أدوية أخرى مستخدمة:

- مركبات تتراسيكلين. + Ibuprofen

- كيتوكانزول له صفات مضادة للفطريات Antifungal وكذلك يمنع تكون أو تركيب هرمون التستوتسيرون عند النساء.

- سبيرونولاكتون: يستخدم كمضاد لهرمون التستوتسيرون في بعض الحالات عند النساء.

- الفاهايدروكسي أسيد : مثل حمض قصب السكر glycolic acid وحمض التفاح Malic acid وحمض لبن الزبادي Lactic acid فهي تنعّم الجلد بإزالة طبقة خلايا بشرة الجلد Stratum Corneumومن ثم تسهل خروج مكونات جراب الشعرة.

معالجات أخرى:

استخدام الأشعة فوق البنفسجية :قد يؤدي استخدام الأشعة فوق البنفسجية إلى تهيج حب الشباب، وزيادة تعرض الجلد لهذه الأشعة تسرع

عملية هرم الجلد وظهورالتجاعيد، وقد تشارك في زيادة خطر سرطان الجلد.

الأدوية الاستيرويدية الداخلية والموضعية:

قد تستخدم الأدوية الكورتيزونية عن طريق الفم بالإضافة الى استعمالها موضعياً معاً، ولكن المعالجة الموضعية بالكورتيزونات وحدها غير فعالة. أما الحَقْنْ المباشر الموضعي فقد يقلل الالتهاب الجلدي.

النيتروجين السائل: قد يعالج التبريد Cryotherapy حب الشباب التكيسي الملتهبInflammed cysts

معالجة الندب:

وقد تعالج الندب الناجمة عن الإصابة بحب الشباب بحقن الكولاجين بنجاح متوسط ، كما أعطى السيليكون Silicone نجاحاً مقبولاً

يمتلك متحف اللوفر ، في باريس ، الذي كان في السابق قصراً ملكياً، في جملة الروائع الفنية ، لوحة للرسام العبقري الايطالي ليوناردو دا فنتشي ، معروفة باسم (الجوكوندا)

ان هذة اللوحة الصغيرة تجتذب منذ ظهورها الجماهير التي تقف مذهولة امام جمالها الهادئ وابتسامتها الغامضة . وقد عقدت بوليصة تامين عليها بمبلغ من المال ضخم لما أرسلت حديثاً الى اليابان لتعرض هناك . ولا يزيد حجمها عن ٧٧ سنتمتراً طولاً ، ٥٣ عرضاً . ويعتقد انها رسمت

بين السنة ١٥٠٣ و . 1506 ولعلها تمثل موناليزا غيرادیني ، زوجة احد تجار فلورنسا ، فرنسيسكو دل جوكوندو . وكانت الجوكوندا في الرابعة والعشرين من عمرها لما خلد دا فنتشي ابتسامتها الغامضة ، ونظرهاالهادىء الغريب . وقد حصل عليها الملك فرنسوى الاول الفرنسي ، وكان من اشد المعجبين بالرسام الايطالي الذي اقام في فرنسا ردحاً من الزمن بمبلغ ٤ الاف ريال فرنسي ذهبي .

وقد سرقت هذة اللوحة التي لا تقدر بثمن من متحف اللوفر السنة ١٩١١. ولكن سرعان ما عثر عليها ، واعيدت بعد سنتين الى مكانها ، بعد اجراء اصلاح طفيف وغير منظور لها.

وعن علاقة الرسام الايطالي بالعاهل الفرنسي نذكر ان فرنسوى الاول كان شديد الاعجاب بليوناردو الذي لقب بالرجل الكامل . واتفق ان اصيب ، وهو في زيارة فرنسا ، بمعرض الزمه الفراش ، فكان الملك يتردد وذات مرة ، وبينما العاهل الفرنسي يهّم بمغادرة البلاط لعيادة العبقري الايطالي ، دخل عليه أحد النبلاء ، فلم يوخر ذلك الملك عن قيام بزيارته اليومية المعتادة في موعدها . ولما استغرب أحد رجال الحاشية تصرّف الملك ، وسأله عن سبب تفضيله زيارة دا فنتشي على استقبال النبيل ، أجابه:

-بوسعي ان اصنع النبلاء بالعشرات ، ولكن عبقرياً مثل دا فنتشي ، فالله وحده يصنعه!!!

السلاحف

السلاحف البحرية من مجموعة الزواحف يعود تواجدها إلى أكثر من ٢٠٠ مليون سنة ماضية وهى كغيرها من الثدييات البحرية تطورت ودخلت إلى البحر وعلى الرغم من أن هذا التطور غير كامل إلا أن السلاحف البحرية تأقلمت وتكيفت مع حياة البحر فهي ممتازة في السباحة إلى جانب أنها تستطيع أن تبقى تحت المياه لمدة طويلة من الزمن . إلا أن ارتباطها بالأرض وبأسلافها الأوائل جعل لها خصائص باقية معها إلى الوقت الحالي حيث لها رئتين وهى تحتاج إلى الهواء لتستنشق كما أن الأنثى تخرج إلى الأرض لكي تضع بيضها .

سلاحف البحر الابيض المتوسط :

موطنها الاصلى : ـ

قدمت إلى المتوسط من الأطلنطي خلال مرحلة العصر الجليدي وما قبله من عصور سابقة من خلال المحيطين الهندي والأطلسي. استيطانها الأخير بالمتوسط يحتمل أن يكون بعد انحسار آخر عصر جليدي والذي بدأ منذ ٤٠,٠٠٠ أربعين ألف سنة مضت .

هذا الاستيطان من المحتمل جدا أن يكون خلال عشرة آلاف سنة الماضية عندما سخنت المنطقة لكي تصلح شواطئ المتوسط لتكون أماكن تعشيش السلاحف بها. وجد أخيرا بميثاكوندريا الحامض النووي (DNA) إن بصمة أصابع السلحفاة الخضراء بقبرص أظهرت أن هذه السلاحف تختلف عن التي بالأطلنطي بما يزيد عن عشرة آلاف سنة .

الدراسات الأخيرة على السلحفاة ضخمة الرأس أظهرت أن أنثى هذا النوع بالمتوسط تختلف من ناحية الجينات الوراثية عن الإناث المتواجدة بالأطلنطي كذلك تبين من خلال الدراسات إن السلحفاة ضخمة الرأس ذات الأصل الأطلنطي وجدت بالحوض الغربي للمتوسط وهى في مجموعات كثيرة على هيئة خيط طويل .

انواع السلاحف : ـ

توجد في العالم ثمانية أنواع من السلاحف :

1. كيمبس ريدلى
2. اوليف ريدلى
3. هاوكس بيل
4. لوقر هيد (ضخمة الرأس)
5. جرين تارتل (السلحفاة الخضراء)
6. بلاك تارتل (السلحفاة السوداء)
7. فلات باك (مسطحة الظهر)

8. ليدرباك (جلدية الظهر)

لماذا يجب المحافظة على السلاحف البحرية :

هذا الكائن البحري الذي عاش منذ الأزمنة السحيقة وعاصر الديناصورات وغيرها من الكائنات الضخمة واستطاع التأقلم والتكيف ولم ينقرض مثل غيره من الكائنات. هذا المخلوق أصبح مهدد كغيره بالانقراض بسبب تخريب موطنه على اليابسة والصيد الجائر إلى جانب تلوث بيئته البحرية بالزيوت النفطية والمواد الكيماوية والبلاستيكية ودفن المواد الإشعاعية بالبحار والمحيطات كما تعرضت أماكن التعشيش باليابسة للتدمير والتغيير بحجة الازدياد السكاني والأنشطة البشرية المختلفة إلى جانب ظروف عديدة أخرى ذات تأثيرات سلبية على حساب هذه الكائنات .

ويعتبر الإنسان أول وأخطر المهددين بسبب نشاطاته وتوسعه على حساب غيره .لهذا تنبه العالم من خلال الباحثين والدارسين لهذه الشئون وإلى حجم الدمار لهذه الكائنات .

هذا الأمر استوجباهتماماً عالمياً مكثفاً دعت إليه المنظمات والهيئات الدولية من خلال الجهات التابعة لها. ولقد تم التوصل إلى عقد اتفاقيات ومعاهدات دولية وإقليمية وسن قوانين محلية لحماية الأحياء البحرية والبرية، سوف نتعرض لها لاحقاً.

سلوك الزواحف :

التغذية

السلحفاة ضخمة الرأس الكبيرة (البالغة) وشبة الكبيرة تعتبر من آكلات اللحوم فهي تتغذى على الفقاريات التي تعيش في القاع مثل سرطان البحر ـ قنفذ البحر ـ الرخويات وغيرها من القواقع حيث تقوم بطحنها بفعل فكها القوى ، كذلك تتغذى على الأسماك الصغيرة والسلاحف المفقسة الصغيرة كما تتغذى السلاحف الصغيرة العائشة على السطح على الكائنات الحيوانية و النباتية الطافية كذلك السلحفاة الخضراء من آكلات اللحوم و تشبه السلحفاة ضخمة الرأس في نوعية التغذية .

فترة المعيشة السطحية هذه تستمر لمدة ٢ إلى ٤ سنوات السلحفاة الخضراء بعد هذه الفترة تتحول إلى آكلات الأعشاب وذلك بالبحر المتوسط حيث تتغذى على أعشاب البحر والطحالب مثل

Cymodocea nodosa, zostera spp, posidonia oceanica, halobhila stipulacea, algae

السلاحف الصغيرة الخضراء وضخمة الرأس أثناء فترة معيشتها على السطح لوحظ سرعة استجابتها للألوان الزاهية والبيضاء كغذاء لها نتيجة لهذا فهي تلتقط الأجسام البلاستيكية وصحائف النايلون حيث تعتقد إنها اسماك جيليه مغذية .

السلحفاة تعيش منفردة عدا أثناء التزاوج حيث تهاجر إلى مناطق معينة قريبة من شواطئ البحر المتوسط حيث تخرج من قاع البحر وتتغذى إلى السطح لتلتقي وتتزاوج وتتغذى .

الاستماع:ـ

السلاحف لا توجد لديها آذن داخلية وهي تعتبر غير قادرة على السمع و لكنها تتعرف على الذبذبات المنخفضة التردد من المحتمل من خلال الجمجمة والصدفة حيث استخدم لها جهاز التردد والذي آثار انتباهها بسرعة. هذه الحساسية العالية لديها قد تكون السبب في اختيار موقع معين على الشاطئ تخرج له لوضع البيض .

الرؤية :ـ

بالنسبة للسلاحف الكبيرة المعلومات المتوفرة حول مدى رؤيتها غير كافية بالنسبة لصغار السلاحف الخارجة لتوها في اتجاه البحر فهي اكثر حساسية للأضواء المنبعثة من خلال الموجات الطولية القصيرة (الضوء الأزرق) حيث لوحظ أن الصغار تتجه ناحية الأضواء بدل أن تتجه ناحية البحر .

العمر (فترة المعيشة) : ـ

غير معروف كم تعمر السلحفاة دون أن تتعرض للتدخلات البشرية ولكن بالنسبة للسلحفاة ضخمة الرأس فقدر إنها تعيش فترة عمر تزيد عن ٦٠ سنة .

فترة النضج : ـ

فترة النضج للسلاحف تختلف من مكان إلى آخر هذا يعود إلى الاختلاف في معدلات النمو و إلى اختلاف درجات الحرارة ووفرة الغذاء ولقد قدر عمر النضج الجنسي للسلحفاة ضخمة الرأس بين ١٣ ـ ٣٠ سنة كما لوحظ بأن السلاحف التي تعيش في أحواض خاصة تنمو و تكبر وتصبح ناضجة قبل

السلاحف العائشة بالبحر .

سلاحف البحر المتوسط تبدأ بالتعشيش (وضع البيض) عندما يكون طول الصدفة حوالي ٦٠ سم وهذه تعتبر صغيرة بالنسبة لنفس النوع بمناطق أخرى من العالم .

بالنسبة للسلحفاة الخضراء تضع البيض عندما يصل طول الصدفة ٧٠ سم أما بالنسبة للعمر فهو غير معروف ,

التزاوج

التزاوج يتم على المياه القلية العمق غالبا مسافة ١ كيلومتر عن الشاطئ وغير قريبة من الأماكن التي تخرج لها للتعشيش وليس بعيد جداً عنها .

موسم التزاوج يبدأ غالبا في بداية شهر ٥ حيث تجتمع استعدادا للقاء .

موسم التعشيش (وضع البيض)

بالبحر المتوسط السلحفاة ضخمة الرأس تبدأ في التعشيش مع نهاية شهر ٥ وتستمر في وضع البيض إلى شهر ٩ بالنسبة للسلحفاة الخضراء تبدأ بعد أسبوعين من السلحفاة ضخمة الرأس مواسم التعشيش تتغير باختلاف الظروف الجوية كذلك لوحظ بأن السلحفاة تستمر بوضع البيض لمدة تصل إلى ٤ مرات في الموسم الواحد .

كما لوحظ من خلال السلاحف المرقمة سلفا بأنها ترجع إلى نفس الشاطئ الذي فقست وخرجت منه منذ عدة سنوات وهذا الأمر لا يزال لغز محير للعلماء حيث يقول بعضهم إن هذا قد يرجع إلى المجال المغناطيسي للأرض والذبذبات عليها ، واتجاه الموجات والى المواد الكيميائية المتواجدة برمال شواطئ تلك المنطقة ومياهها المجاورة كذلك إلي المواد التغذوية بتلك المنطقة إلى جانب مجموعة أخرى من العوامل التي لا تزال تدرس بدقة .

دورة التعشيش : ـ

السلاحف لا تعشش كل سنة بل أن دورة تعشيشها تختلف من سنتين إلي ثماني سنوات أحيانا اكثر فقد لوحظ أن نفس السلحفاة عادت بعد ٤ سنوات لوضع البيض وبعض السلاحف لم تعد أبدا وهذا أيضا يرجع إلي عدة ظروف ومنها على سبيل المثال ضياع العلامة اللاصقة بها أو إلي ظروف توفر الغذاء لها .

وجدت مجموعة من القواقع وسرا طين البحر وغيرها من الإحياء البحرية الصغيرة الأخرى كحيوانات بحرية متطفلة تعيش على ظهر وبداخل القوقعة للسلحفاة نوع ضخمة الرأس .

التعشيش بالمتوسط : ـ

السلحفاة الخضراء : ـ

إلي هذا الحين وجد أن هذه السلاحف تعشش فقط بالشواطئ الشرقية

للمتوسط حيث وجدت أعشاش قليلة بقبرص وكذلك بتركيا وسجلت حالة واحدة بفلسطين ولم توجد أعشاش باليونان أما بالشواطئ الجنوبية للمتوسط مصر وليبيا وتونس فلم تسجل إلي حد ألان أية حالة تعشيش لهذه الأنواع .

علماً بأن أعداد هذه السلاحف بدأت بالتناقص سنويا حيث سجلت في تركيا في سنة ١٩٦٥ ف صيد حوالي ١٥ طن حيث كانت تصدر إلي أوروبا من فلسطين وسوريا وغيرها من دول البحر المتوسط .

السلحفاة ضخمة الرأس : ـ

هذه السلحفاة تعشش في تركيا وقبرص وبأعداد قلية بسوريا و فلسطين وتونس ومصر بالنسبة للدراسات السابقة تؤكد أن اكبر مكان للأعشاش هو زاكنتوس باليونان وبعض الأماكن الأخرى باليونان وتركيا . إلا أن الدراسة والمسح الميداني للساحل الليبي والذي قامت به الهيئة العامة للبيئة ممثلة في (المركز الفني لحماية البيئة سابقاً) بالتعاون مع مركز بحوث الأحياء البحرية والمركز الإقليمي للمناطق المتمتعة بحماية خاصة والتابع لبرنامج الأمم المتحدة للبيئة خلال السنوات القليلة الماضية أظهرت أن نسبة وجود الأعشاش بالجماهيرية تعتبر عالية مقارنة بمثيلاتها من الدول المتوسطية وباقي دول العالم وهذا يدل أن هذه الأماكن البحرية نظيفة وخالية من التلوث إلى جانب أن الساحل الليبي من أطول السواحل بالمتوسط ووجود أماكن كثيرة خالية من النشاطات البشرية ويصعب الوصول إليها بسهولة مع ملاءمتها للسلاحف البحرية للجوء إليها.

تعداد السلاحف : ـ

يقدر عدد السلاحف وذلك عن طريق الأعشاش المتواجدة على الشواطئ وليس كل خروج و دخول للسلحفاة إلى الشاطئ يعد عش لان السلاحف أحيانا تقوم بعدة محاولات قبل أن تستقر على مكان أمن لها وتضع به بيضها كذلك الأعداد تختلف من سنة إلي أخرى و ذلك حسب الظروف لذلك لا يعتد بتقديرات سنة واحدة أو اثنين إنما لابد من أخذ معطيات عدة سنوات وتقدير المتوسط .

قدر عدد السلاحف الخضراء التي تعشش بقبرص حوالي 200 وفي تركيا تتراوح بين ٣٠٠ ـ ٣٥٠ ، إلا أنه لوحظ تناقص هذه الأعداد مؤخرا بشكل ملحوظ عموما قدر عدد السلاحف الخضراء الأنات بالمتوسط بين ٥٠٠ ـ ١٠٠٠ وهذا يحتاج إلى تعاون الجميع لإنقاذها.

بالنسبة لعدد الذكور غير معروف إلا أن هذا لا يشكل خطر . بالنسبة للسلاحف ضخمة الرأس بالبحر المتوسط فكانت التقديرات كالاتي باليونان حوالي ١٠٠٠ وتركيا تتراوح بين ٥٠٠ ـ ١٠٠٠ عموما قدر عدد السلاحف بالمتوسط حوالي ٥٠٠٠ أي أن عدد السلاحف ضخمة الرأس اكثر من عدد السلاحف الخضراء بالمتوسط قدر عدد السلاحف التي تقع في شباك الصيادين بإسبانيا ومياه المحيط المجاورة لها بحوالي 20,000 سنويا، حيث تعلق في شباك الصيد الموضوعة لأسماك القرش وبعضها وجد ميت لعدم تمكنها من الخروج إلي السطح للتنفس . كذلك وجد أن معظم السلاحف تأتى إلي المتوسط من المحيط عبر مضيق جبل طارق .

كما لوحظ أن بعض الأماكن الساحلية التي كانت تأتى لها السلاحف

للتعشيش قد أصبحت أماكن سياحية وصناعية وغيرها الأمر الذي يؤثر سلبا على زيادة تناقص أعداد السلاحف حيث تلتجئ إلى أماكن أخرى .

التعرف على السلاحف : ـ

كيف نفرق بين السلحفاة الخضراء والسلحفاة ضخمة الرأس .

السلاحف الكبيرة : ـ

بالنسبة إلي السلحفاة ضخمة الرأس تعتبر اصغر من الخضراء حيث غالبا طول الدرقة ٩٠ سم ودرقتها مسطحة نسبيا تميل إلي الطول تقل عند الخلف لونها برتقالي يميل إلي البني وسطحها أملس بدون لمعان بالنسبة إلي لون زعانفها (اليد) أبيض يميل إلي الأصفر لديها خمس صفائح عظمية تقيها (تشكل الصدفة (صغيرة من الإمام عن بقية الجزء الخلفي ، رأسها طويل مقارنة مع السلحفاة الخضراء كما أنها تتمتع بفك قوى ولها مخلبان بكل زعنفة .

بالنسب إلي السلحفاة الخضراء تعتبر أضخم وطول الرقة يصل إلي ١١٠ سم والدرقة مقعرة على شكل قبة بيضاوية وهى غالبا ملساء ولامعة ولونها زيتي داكن ولها أربعة صفائح عظمية واقية وهى غالبا متساوية في الحجم لون الرقبة والزعانف بيضاء مع قليل من الاصفرار ولها مخلب واحد بكل زعنفة

الخَيّاطُ الأعْورُ

كَان أحدُ الشُّعراءِ يَسيرُ في شَوَارِعِ الكُوفَةِ ، يَبْحَثُ عَن خيّاطٍ ليَخِيطَ لهُ ثَوبًا ، وبينَمَا هُوَ في الطّريقِ ، قَابلَهُ الأصْمَعِيُّ ، فأخَذَهُ إلَى خيّاطٍ أعْوَرٍ يُسمّى زَيْدًا .فَقَالَ الخيّاطُ للشّاعِرِ

واللهِ لأخيطَنّهُ خِياطةً لاَ تدْرِى أعَباءةٌ هُوَ أمْ قَمِيصٌ

فَقَالَ الشّاعِرُ

واللهِ لَو فَعَلتَ لأقُولنّ فيكَ شعرًا لاَ تَدرِى أمدحٌ هُوَ أمْ هِجَاءٌ . فلمّا أتمّ الخيّاطُ الثّوبَ أخَذَهُ الشّاعِرُ ، ولَمْ يَعْرِفْ هَل يلبسُهُ عَلَى أنهّ عَباءةٌ أمْ قَمِيصٌ

فقَالَ فِي الخيّاطِ هَذا الشّعْرَ

خَاطَ لِي زيــدٌ قــَباء لَيتَ عَيْنَيْهِ سَواء

فاسألِ النّاسَ جميعًا أمَديحٌ أم هِجــَاء

فَلم يدرِ الخيّاطُ أيدعُو الشّاعِرُ عَليهِ بالعَمَى ، أمْ يَدعُو أنْ يَشْفِىَ اللهُ عينَهُ المرِيضَة

العِقْدُ الضّائِعُ

فَقَدَتْ جَارِيةٌ لِهَارونَ الرّشيد تُسمّى خَالِصة عِقْدًا ثَمينًا لَها ، فانشَغلَ مَنْ في القَصْرِ بالْبَحْثِ عَنْهُ ، وجاءَ الشّاعِرُ أبُو نُوَاسٍ في نَفْسِ اليَومِ إلىَ الخَلِيفَةِ بقَصِيدَةٍ يَمْدَحُهُ فيهَا ، فلمْ يَلتفِتِ الخَلِيفةُ إلَيْهِ ، فَلمّا خَرجَ أبو نُوَاسٍ كَتَبَ عَلَى أحَدِ الأبْوَابِ هَذَا البَيْتَ مِنَ الشّعْرِ

لَقَد ضَاعَ شِعْري عَلَىَ بَابِكُم كَمَا ضَاعَ عِقْدٌ عَلَى خَالِصَة

فَلمّا عَلِمَتْ خَالِصةُ بِذلِك غَضِبَتْ ، وعَرَفَت أنّ أبا نُواسٍ هُوَ الّذِي كَتَبَهُ ، فأخْبَرَتْ هارون الرشيد بِذلِكَ . فَأمَرَ بِإحضَارِه ، فَجاءَ أبُو نُوَاسٍ ، ومسح جزءًا مِنَ الْبَيْتِ فَصَارَ

لَقَد ضَاءَ شِعْرِي عَلَى بَابِكُم كَمَا ضَاءَ عِقْدٌ عَلَى خَالِصَة

فَلمّا دَخَلَ عَلَى الخَلِيفَةِ قَالَ لَهُ : لَقَدْ أسأتَ إلى خَالِصَةَ بِبَيْتِ الشّعْرِ الّذِي هَجَوْتَهَا فِيهِ ، فقَالَ أبُو نُوَاسٍ : إنّنِي مَدَحْتُهَا مَا هَجَوْتُهَا ، وهَيّا بِنَا لِنَرَى مَا كَتَبْتُ

فَلمّا قَرأ الخَلِيفَةُ بَيْتَ الشّعْرِ بَعْدَ إصْلاَحِهِ أُعْجِبَ بِأبِي نُوَاسٍ وبِبَداهَتِه، وعَفَا عَنْهُ.

السبب الرئيسي لشعور الساقين بالخدر هو الضغط العنيف على أعصابهما بين سطح الأرض الصلب وعظام مشط القدم عندما يكون المشط مضغوط على الأرض .

فاذا جلست بثقل الجسم على الساقين مدة طويلة، فان الجزء العلوي من جسمك يضغط على أوعيتك الدموية وأعصابك، فتنلعل أعصابك وتشعر بالخدر تماما،

وهذه الوخزات التي تحس بها هي رسالة من أعصابك لتلفت نظرك الى ضرر بقائك على هذا الوضع!! (سبحان الله .)

كيفية التخلص من تنمل الساقين؟؟ !!

اذا تنملت ساقاك، ثم مددتهما وحركتهما، فان احساسك الطبيعي بهما يعود تدريجيا .

دلكهما برفق! على ألا تفعل ذلك وأنت مازلت تضغط عليهما.

الفرق كبير بين النوم ليلاً والنوم نهاراً ، فالنوم ليلاً له فوائد عظيمة حيث تنال أعضاء الجسم من الراحة أضعاف ماتناله خلال النوم نهاراً بسبب مافيه من ضوضاء وصخب وضوء قوي وكلها مؤثرات شديدة على الجهاز العصبي.

وقد اكتشف العلماء أخيراً أن (الغدة الصنوبرية في الدماغ تقوم بافراز مادة تسمى (الميلاتونين) التي تؤثر تأثيراً مباشراً في عملية النوم ، وأن الظلام يزيد افراز هذه المادة بعكس الضوء الذي يثبطه!.
يقول العلماء إنه كلما كان المرء أكثر جوعا كلما كان أكثر إحساسا بمذاق الطعام الحلو منه واللاذع، ويشيرون إلى أن الامتناع عن تناول طعام الافطار كاف لجعل المخ أكثر إحساسا بطعم الاغذية الحلوة واللاذعة وأن هذا ربما يفسر الصعوبة الشديدة في الالتزام بنظام في تناول الطعام ، ويلمح الباحثون إلى أن أولئك الذين لا يأكلون بين الوجبات يستمتعون بالطعام بشكل أكبر من أولئك الذين يأكلون طوال الوقت، فقد أقنع البروفيسور يوري زفيريف من جامعة مالاوي ١٦ طالبا بالامتناع عن تناول وجبة الافطار بعد أن حدد لهم وقت تناول طعام العشاء في الليلة السابقة عند الساعة السادسة والنصف مساء، ثم طلب منهم تذوق محاليل بتركيزات مختلفة من السكر أو الملح أو من مادة الكينين شديدة المرارة والابلاغ عن إحساسهم بمذاقها وبعد ساعة من تناول طعام الغداء كرر الطلاب التجربة ، وذكر زفيريف في نتائج البحث الذي نشر في مجلة بي.إم.سي نيوروساينس أن الطلاب الجوعى كانوا أكثر إحساسا بمذاق

المشروبات الحلوة واللاذعة بيد أن قدرتهم على الاحساس بالمرارة لم تتغير، وربما يكون لهذا الاختلاف صلة بالادوار المختلفة للمذاقات الحلوة واللاذعة والمرة في وجبات الانسان، وقال زفيريف بينما تكون المذاقات الحلوة واللاذعة بمثابة مؤشر على أن ما يتذوقه الانسان صالحا للاكل ومن ثم تثير الشهية، فإن المذاق المر يشير إلى مادة غير صالحة للاكل وبالتالي تأنفها النفس، ودور الطعم المر كإشارة تحذير يمكن أن يفسر تعرف الطلاب بشكل نسبي على محاليل الكينين المخففة نسبيا. في حين تعين زيادة تركيز المحاليل السكرية أو اللاذعة قبل التعرف عليه ويعتقد زفيريف بأن الجوع يزيد حساسية مواضع التذوق في اللسان أو يغير الطريقة التي يصغي بها العقل إلى مواضع الاحساس في اللسان

تشير أحدث الدراسات التي أجريت في معامل الأبحاث النفسية في ولاية "نيسوتا" إلى أن ذرف الدموع ليس دليلا على الضعف أو عدم النضج ، ولكنها على العكس ، تعتبر أسلم طريقة لتحسين حالة الصحة ، من حيث التخلص من المواد الكيمياوية المرتبطة بالتوتر والموجودة بالجسم ، كما أنها تساعد على إرخاء العضلات .

كما تبين أن البكاء أسلوب طبيعي لإزالة تأثير المواد الضارة من الجسم ، تماما مثل إفراز العرق .. فيقول د."وليام فراي" مدير المعمل : إن الإنسان عندما يكون تعيسا أو قلقا ، فإنه يفرز كمية من الكيماويات الحيوية ، والدموع تساعد على التخلص منها.
ويؤكد الكلمات المتخصصون أن البكاء يزيد من عدد ضربات القلب ، ويعتبر تمرينا مفيدا للحجاب الحاجز وعضلات الصدر والكتفين . وعند الإنتهاء

من البكاء تعود ضربات القلب إلى طبيعتها ، وتسترخي العضلات ، وتحدث حالة شعور بالراحة ، وتكون النظرة إلى الأمور والمشاكل التي تؤرق الشخص أكثر وضوحا.

أما كبت الدموع فيؤدي إلى الإحساس بالضغط والتوتر كما أنه يمكن أن يؤدي إلى الإصابة ببعض الأمراض ، مثل الصداع .. "وقد أثبت أحد الأطباء العالميين من خلال تحليل دموع البشر إلى أن الدموع تحتوي على مواد كيميائية مسكنة للألم يفرزها المخ عندما يبكي.

إذا كنت تعانى من ارتفاع نسبة الكوليسترول فى الدم، فما عليك سوى تناول حفنة من اللوز يوميا.. هذا ما ينصح به الباحثون فى جامعة تورنتو الكندية. فقد أظهرت الدراسات أن الغذاء النباتى الصحي، الذى يتضمن المكسرات عموما، واللوز خصوصا ,قد يكون فعالا فى تخفيض مستويات الكوليسترول فى الدم، كالأدوية الخافضة تماما.

وقام الباحثون فى دراستهم لمجموعة من الأشخاص يعانون من ارتفاع الكوليسترول، بتحديد تأثير الغذاء على هذه المستويات، حيث تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات، اتبعت الأولى غذاء قليل الدسم، يشمل حبوب القمح الكاملة، ومنتجات الألبان ,بينما تناولت الثانية نفس الغذاء إلى جانب تعاطى ٢٠ ملليغرام من الأقراص الخافضة للكوليسترول يوميا، بينما تناولت الثالثة برنامجا غذائيا غنيا بالصويا والألياف واللوز.

وأظهرت نتائج الدراسة، التى نشرتها مجلة الجمعية الطبية الأمريكية ,أن

مستويات الكوليسترول السيء انخفضت عند المرضى، الذين تناولوا البرنامج الغذائي، الذى تضمن اللوز والألياف والصويا، بأكثر من ٣٠ فى المائة، حيث كان هذا البرنامج فاعلا فى معالجة الكوليسترول كالأدوية الخافضة تماما.

وأرجع الأطباء فعالية هذا البرنامج إلى تناول المرضى لحفنة يومية من اللوز الغنى بفيتامين ,(e) المسؤول عن تقليل مستويات بروتين سى التفاعل عند المرضي، حيث يدل ارتفاعه على التهاب الشرايين وأمراض القلب.

ويرى الخبراء أن إدخال اللوز إلى الغذاء، بدلا من الفشار أو رقائق بطاطا الشيبس المقلية، قد يساعد فى تخفيض مستويات الكوليسترول إلى حدود معقولة لا تشكل خطرا على صحة القلب والشرايين والدماغ.

ابن البيطار

هو أبو محمد ضياء الدين عبد الله بن أحمد بن البيطار، المالقي الأندلسي، وهو طبيب وعشاب، ويعتبر من أشهر علماء النبات عند العرب. ولد في أواخر القرن السادس الهجري، ودرس على يد أبي العباس النباتي الأندلسي، الذي كان يعشب، أي يجمع النباتات لدرسها وتصنيفها، في منطقة اشبيلية .

سافر ابن البيطار، وهو في أول شبابه، إلى المغرب، فجاب مراكش والجزائر وتونس، معشباً ودارساً وقيل أن تجاوز إلى بلاد الأغارقة وأقصى

بلاد الروم، آخذاً من علماء النبات فيها. واستقر به الحال في مصر، متصلاً بخدمة الملك الأيوبي الكامل الذي عينه (رئيساً على سائر العشابين وأصحاب البسطات) كما يقول ابن أبى أصيبعة، وكان يعتمد عليه في الأدوية المفردة والحشائش. ثم خدم ابنه الملك الصالح نجم الدين صاحب دمشق .

من دمشق كان ابن البيطار يقوم بجولات في مناطق الشام والأناضول، فيعشب ويدرس. وفي هذه الفترة اتصل به ابن أبي أصيبعة صاحب (طبقات الأطباء)، فشاهد معه كثيراً من النبات في أماكنه بظاهر دمشق، وقرأ معه تفاسير أدوية كتاب ديسقوريدس. قال ابن أبي أصيبعة L فكنت آخذ من غزارة علمه ودرايته شيئاً كثيراً. وكان لا يذكر دواء إلا ويعين في أي مكان هو من كتاب ديسقوريدس وجالينوس، وفي أي عدد هو من الأدوية المذكورة في تلك المقالة .

وقد توفي ابن البيطار بدمشق سنة ٦٤٦ هـ، تاركاً مصنفات أهمها :كتاب الجامع لمفردات الأدوية والأغذية، وهو معروف بمفردات ابن البيطار، وقد سماه ابن أبي أصيبعة (كاتب الجامع في الأدوية المفردة)، وهو مجموعة من العلاجات البسيطة المستمدة من عناصر الطبيعة، وقد ترجم وطبع. كما له كتاب المغني في الأدوية المفردة، يتناول فيه الأعضاء واحداً واحداً، ويذكر طريقة معالجتها بالعقاقير. كما ترك ابن البيطار مؤلفات أخرى، أهمها كتاب الأفعال الغريبة، والخواص العجيبة، والإبانة والإعلام على ما في المنهاج من الخلل والأوهام .

ومن صفات ابن البيطار، كما جاء على لسان ابن أبي أصيبعة، أنه كان صاحب أخلاق سامية، ومروءة كاملة، وعلم غزير .وكان لابن البيطار قوة ذاكرة عجيبة، وقد أعانته ذاكرته القوية على تصنيف الأدوية التي قرأ عنها، واستخلص من النباتات العقاقير المتنوعة فلم يغادر صغيرة ولا كبيرة إلا طبقها، بعد تحقيقات طويلة. وعنه يقول ماكس مايرهوف: أنه أعظم كاتب عربي ظهر في علم النبات.

ابن باجه

هو أبو بكر محمد بن يحيى بن الصائغ التُجيبي، السرقسطي، المعروف بابن باجّه، أول مشاهير الفلاسفة العرب في الأندلس، كما انصرف في حياته، فضلاً عن الفلسفة، إلى السياسة، والعلوم الطبيعية، والفلك، والرياضيات، والموسيقى والطب. وبرز في الطب خاصة حتى أثار حفيظة زملائه في تلك الصنعة، فدسوا له السم، فتوفي في فاس (المغرب) سنة ٥٢٩ هـ. ويسرد ابن أبي أصيبعة لائحة بثمانية وعشرين مؤلفاً ينسبها إلى ابن باجّه، تقع في ثلاث فئات مختلفة: شروح أرسطوطاليس، تأليف اشراقية، ومصنفات طبية. فمن تأليفه في الطب: (كلام على شيء من كتاب الأدوية المفردة لجالينوس)، (كتاب التجربتين على أدوية بن وافد)، (كتاب اختصار الحاوي للرازي)، و (كلام في المزاج بما هو طبي.)

ابن رشد

هو أبو الوليد محمد بن أحمد بن رشد الأندلسي القرطبي، ولد سنة ٥٢٠

هـ. وقد اشتهر في العلوم الفلسفية والطبية .

كان فيلسوفا، طبيباً، وقاضي قضاة، كان نحويا. لغوياً، محدثاً بارعاً يحفظ شعر المتنبي ويتمثل به في مجالسه وكان إلى جانب هذا كله .متواضعاً، لطيفاً، دافئ اللسان، جم الأدب، قوي الحجة، راسخ العقيدة، يحضر مجالس حلفاء "الموحدين" وعلى جبينه أثار ماء الوضوء .

لم يكن "ابن رشد" غمراً مبتوت النسب، فوالده وجده وُلّيا قبله قضاء "قرطبة"، المدينة التي أحبته وعشقها .

لم يجلس "ابن رشد" على عرش العقل العربي بسهولة ويسر، فلقد أمضى عمره في البحث وتحبير الصفحات، حتى شهد له معاصروه بأنه لم يدع القراءة والنظر في حياته إلا ليلتين اثنتين: ليلة وفاة أبيه وليلة زواجه .

لم يكن "أبو الوليد محمد بن أحمد بن محمد بن أحمد بن رشد القرطبي الأندلسي، من المتسلقين وطلاب الشهرة. ولكنه كان من المؤمنين "بالكمال الإنساني" عن طريق المعرفة فعنده أن تمييز الإنسان بالمخلوق العاقل الناطق تتم لنسبة ما يحصله من عتاد ثقافي معارفي .

أخذ الطب عن أبي جعفر هارون وأبي مروان بن جربول الأندلسي. ويبدو أنه كان بينه وبين أبي مروان بن زهر، وهو من كبار أطباء عصره، مودّة، وأنه كان يتمتع بمكانة رفيعة بين الأطباء. وبالرغم من بروز ابن رشد في حقول الطب، فإن شهرته تقوم على نتاجه الفلسفي الخصب،

وعلى الدور الذي مثّله في تطور الفكر العربي من جهة، والفكر اللاتيني من جهة أخرى .

عكف على نصوص "المعلم الأول" يستجليها ويلخصها، حتى اقتنع بأنها الفلسفة الحقة، والحكمة الكاملة الواقية، وهنا استقر رأيه على مشروعين: أولهما التوفيق بين الفلسفة والشريعة وتصحيح العقيدة مما علق بها -في ظنه- من مخالطات المتكلمين و "تشويش" الإمام الغزالي بالذات (١١٧٦ – ١١٨٢)، وثانيها تطهير فلسفة أرسطو مما شابها من عناصر غريبة عنها، والمضي بها قدماً. عن طريق طرح الحلول لمشاكل مستقبلية قد تعترض سبيلها (١١٨٢ – ١١٩٤ .)

تولّى ابن رشد منصب القضاء في اشبيلية، وأقبل على تفسير آثار أرسطو، تلبية لرغبة الخليفة الموحدي أبي يعقوب يوسف، وكان قد دخل في خدمته بواسطة الفيلسوف ابن الطفيل، ثم عاد إلى قرطبة حيث تولى منصب قاضي القضاة، وبعد ذلك بنحو عشر سنوات أُلحق بالبلاط المراكشي كطبيب الخليفة الخاص .

لكن الحكمة والسياسة وعزوف الخليفة الجديد (أبو يوسف يعقوب المنصور ١١٨٤ (1198 - عن الفلاسفة، ناهيك عن دسائس الأعداء والحاقدين، جعل المنصور ينكب فيلسوفنا، قاضي القضاة وطبيبه الخاص، ويتهمه مع ثلة من مبغضيه بالكفر والضلال ثم يبعده إلى" أليسانه" (بلدة صغيرة بجانب قرطبة أغلبها من اليهود)، ولا يتورع عن حرق جميع مؤلفاته الفلسفية، وحظر الاشتغال بالفلسفة والعلوم جملة، ما عدا الطب، والفلك،

والحساب .

كانت النيران تأكل عصارة عقل جبار وسخط اتهام الحاقدين بعروق الفيلسوف، وزيفه عن دروب الحق والهداية كي يعود الخليفة بعدها فيرضى عن أبي الوليد ويلحقه ببلاطه، ولكن قطار العمر كان قد فات إثنيهما فتوفي ابن رشد والمنصور في السنة ذاتها (١١٩٨ للميلاد)، في مراكش.

إذا كنت تعاني من السعال .. فعليك بالشوكولا ! .. هذا ما ينصحك به الباحثون في كلية لندن الطبية الملكية , الذين اكتشفوا مادة كيميائية طبيعية فيها تساعد في علاج السعال وجفاف الحلق.

وأوضح هؤلاء أن مادة "ثيوبرومين" كانت أفضل في علاج أنواع السعال المختلفة من العقاقير العادية أو مادة "كودايين" التي تضاف لأدوية السعال، عند الأشخاص الأصحاء غير المدخنين.

ووجد الباحثون أن التهام الشوكولا أفضل في علاج السعال وجفاف الحلق من مص الأقراص الحلوة، فضلا عن دورها في رفع المعنويات والمزاج وتقليل الشعور بالكآبة.

وقام الباحثون بإعطاء عشرة أشخاص أصحاء غير مدخنين، مادة "ثيوبرومين" ثم مادة "كابسيسين" المعروفة بآثارها المنشطة للانعكاس السعالي.

وأشار الخبراء إلى أن الشوكولاته تحتوي على نفس المركبات المضادة للأكسدة الموجودة في الشاي والعنب الأحمر، والتي أثبتت فعاليتها في تقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب.

وكانت الدراسات السابقة أكدت أهمية الشوكولا كجزء من الغذاء الصحي المتوازن للمحافظة على صحة القلب والأوعية الدموية وخصوصا عند التقدم في السن، إضافة إلى الدراسات التي أظهرت أن رائحة الشوكولا وحدها تساعد في الوقاية من الزكام ونزلات البرد، بسبب امتصاص خلايا الدماغ للمركبات المضادة للأكسدة ، كما قد تحمي من التلف الدماغي الذي يسبب الأمراض الخطيرة مثل الزهايمر. وقد وجد الباحثون أن تناول الشوكولا الغنية بمواد الفلافونويد المفيدة قد يساعد في تمييع الدم والوقاية من التجلطات الدموية المميتة.

أظهرت نتائج دراسة أجراها علماء يابانيون، إن تناول الطعام الذي يحتوي على كميات عالية من الملح بانتظام يضاعف أخطار الإصابة بسرطان المعدة لذا يجب التعود على مذاق الأطعمة خفيفة الملوحة .

ووجدت الدراسة أن خطر الإصابة بسرطان المعدة يزيد بنسبة الضعف لدى الذين يتناولون الملح بكثره وتحديداً بنسبة واحد من كل ٥٠٠ لدى الرجال و نسبةا من 1300 لدى النساء .

وحسب الدراسة أصيب بسرطان المعدة ٣٥٨ رجلا و ١٢٨ امرأة بين المشاركين في البحث ممن يفضلون زيادة الملح في الأطعمة .

ونصح رئيس فريق البحث شويتشيرو تسوجاني، حسب وكالة الأنباء الأردنية، بتقليل كمية الملح والصوديوم في الطعام لمنع أخطار السرطان وذلك بان يتعود المرء على تخفيف الملح في الطعام لمنع ارتفاع ضغط الدم ومخاطر الإصابة بالنوبات القلبية .

هذا ومن جانب آخر، أكد خبراء متخصصون أن الأمريكيين يتناولون كميات من الصوديوم يوميا تكفي لملء ملعقتي شاي، وهو معدل يزيد بمقدار

الضعف عن الحد الأقصى المسموح به من قبل أطباء التغذية .

وعلى الرغم من أن بعض الأمريكيين، يحرصون على عدم إضافة الملح لطعامهم فإن الصوديوم يتسلل لأجسامهم خلسة عبر العديد من الأطعمة المحفوظة مثل صلصة الاسباغيتي، وكثير من الوجبات الجاهزة .

ولذلك فقد بدأ خبراء الصحة العامة في دعوة شركات تصنيع الأغذية وكذلك المطاعم لخفض نسبة الأملاح في الطعام باعتبار أن زيادة كمية الصوديوم ترفع الضغط بما يؤثر سلبيا على القلب والمخ والكليتين .

وتشير التقارير إلى أن البدائل الغذائية قليلة الأملاح تعد أمراً نادرا في الوقت الحالي ولا يمكن العثور عليها بسهولة في المتاجر المعتادة. ويبرر مصنعو الأغذية موقفهم بأنه من الصعب إحداث تعديلات في المكونات مع الحفاظ على طعم المنتج .

ومن جانب آخر، قال خبير ألماني، أن الملح البلوري الطبيعي أو ما يطلق عليه "ملح همالايا" يعتبر من وجهة نظر الطب البشري من أغنى وانفع أنواع الملح المعروفة لغاية الآن.

وبين الأستاذ كلاوس نويمان رئيس قسم الطب الباطني في جامعة مدينة برلين خلال لقاء مع عدد من الصحفيين الأجانب، أن غالبية العناصر المعدنية والأملاح التي يحتويها الملح البلوري ذو اللون البرتقالي الشاحب يحتويها أيضا الدم مثل المنغنيز والكالسيوم .

وأوضح، انه انطلاقا من هذه المعرفة فان الملح البلوري الذي يتواجد بكثرة بصورة خاصة في جبال الهمالايا يعتبر مادة غذائية متكاملة وذلك خلافا للملح العادي الذي يستخدم في تحضير الطعام. وأشار إلى أن الملح الطبيعي يفقد عناصر هامة من تركيبه لدى تكريره وتصفيته بحيث لا يتبقى من عناصره المهمة للصحة البشرية بعد الانتهاء من عملية التكرير

سوى عنصر النايتروم والكلوريد .

وحسب هذا الخبير الطبي فان الملح الطبيعي يتكون جراء تعرض جزء من البحار والمحيطات إلى الجفاف موضحا أن "الطاقة الشمسية المسؤولة عن تجفيف مياه البحار تتواجد أيضا في كل ذرة من مكونات الملح الطبيعي وذلك بفضل الجزيئات البيولوجية الرابطة " .

وقال نويمان أن أهمية الملح البلوري في ضمان أداء أعضاء الجسم تتجلى وتتضح بسهولة عندما نقارن مياه البحر وأهميتها للبحر نفسه بأهمية الدم للجسم ومضى قائلا أن دم الإنسان ليس إلا "ماء بحر متغير" إذ أن ماء البحر يحتوي على ٨٤ عنصرا ويمكن أن تتوفر هذه العناصر أيضا في دم الإنسان .

وأردف قائلا أن تحليلات علمية أثبتت أن ٨٤ من العناصر الجوهرية يلزم توفرها لضمان صحة طبيعية أي عادية. وبالنسبة إلى علاقة الملح بالحياة قال نويمان أن الملح الطبيعي يعتبر إلى جانب الماء والأوكسجين من أهم الفئات الغذائية الضرورية للحياة إذ انه يأتي بمثابة المحرك البيولوجي الرئيسي لأداء الجسم "والملح في الجسم أي في كل خلية من خلاياه يعتبر المورد الأساسي للقوة الحياتية" .

وأشار نويمان إلى انه توجد قاعدة مسلم بها تقول "إذا لم يتوفر الملح بالخلايا بقدر كاف أو توفر بصورة مختلة التوازن فانه يتعذر على الجسم التمتع بحيويته بصورة عادية".

ورأى أن الإنسان يتناول يوميا كمية من الملح المكرر يتراوح وزنها بين ١٢ إلى ٢٠ غراما منبها إلى انه ليس بوسع الكليتين أن تتعامل في حالتهما السليمة مع اكثر من ٥ إلى 7 غرامات من هذه الكمية وأضاف قوله أن الكمية المتبقية وهي ١٠ إلى ١٥ غراما فإنها تبقى في الجسم .

وبين الخبير أن الجسم يحتاج إلى ٢٤ غراما من "الماء الخلوي" أي الماء الذي تحتويه الخلايا العضوية للجسم وذلك لاحتواء كل غرام واحد من الملح المتبقي في الجسم وعزله تماما عن البنية الخلوية.

أثبتت أبحاث فرنسية جديدة أن الدهون والزيوت الموجودة في الأسماك، تحمي من الإصابة بالاضطرابات العقلية، والمشكلات الإدراكية والعصبية، فقد وجد العلماء في اختباراتهم، التي أجروها على ٦٤٢ رجلاً وامرأة، تراوحت أعمارهم بين 36 و٤٧ عاما، وتقويم قدراتهم الإدراكية، خلال ٤ سنوات، ومتابعة كميات اللحوم والأسماك، التي تناولوها، أن الأحماض الدهنية الموجودة في اللحوم الحمراء زادت خطر الإصابة بالمشكلات الإدراكية بنسبة ٩١ في المائة.

بينما ساعدت أحماض أوميغا 3 في الأسماك على تقليل هذا الخطر بنسبة ٤٠ في المائة، وأوضح الباحثون أن الأحماض الدهنية تعتبر أهم المكونات الأساسية لأغشية الخلايا العصبية، التي تؤثر في وظائفها، وتلعب أحماض أوميغا ٣ بالذات، دورا هاما وحيويا في نقل الرسائل الكيميائية بين أعصاب الدماغ، الأمر الذي يمنحها خصائصها الوقائية ضد الاضطرابات العقلية، والأمراض العصبية، بعكس الشحوم الحيوانية الأخرى، التي تؤدي إلى تدهور الذاكرة، والإصابة بهبوط ذهني، ومشكلات عقلية ونفسية، لاسيما مع التقدم في السن.

الجليد الجاف لا ينصهر بل يتبخر.

*الأطفال البدينين في سن المدرسة يأكلون أقل من أقرانهم النحيلين.

*أكل لحاء الرمان يساعد في القضاء على الدودة الشريطية ويوقف الإسهال.

*ريشة الطائر هي أقوى تركيب حي إذا ما قورنت بوزنها وقياسها.

*وجه الدوارة (دليل اتجاه الريح) يكون في عكس اتجاه الريح.

*الإنسان على القمر يظهر لناظره من نصف الكرة الجنوبي مقلوبا رأسا على عقب.

*الحشرات تنقل للإنسان مالا يقل عن ثلاثين مرضا مختلفا.

*هناك أنواعا من السحلبية (نبات) لها براعم يحوي كل برعم منها بذورا صغيرة، يبلغ عددها ما يقارب ٧٠،٠٠٠،٠٠٠ بذرة صغيرة.

*أكثر من نصف إنتاج العالم من الفضة يتم استعماله كيماويا في صنع أفلام التصوير والمرايا.

*نبات الدبق، هو نبات متطفل يتطفل على الأشجار، ويتغذى عليها، وعندما يكتمل نموه يقتل الشجرة الذي تغذى منها.

*غراء السمك مادة تستعمل في صنع الغراء وفي صنع الجيلي، كما

تستعمل في إعطاء الكحول، لونه الصافي وهي تستخرج من سمك الحفش.

*شجر الصنوبر هو الشجر الأكثر نباتا في العالم، وتبلغ نسبتها إلى مجموع أنواع الأشجار الأخرى ١٩.%

*أننا نموت بشكل أسرع من قلة النوم عن قلة الطعام.

*أوراق شجر القبيقب كبيرة جدا بحيث أنك لو وضعت أوراق عشر شجرات منها لغطت مساحة تزيد على أربع هكتارات.

*الشهب (النيازك) ليست بنجوم ، إنها أجسام تحترق لدى دخولها المجال الأرضي.

*شجرة الفلين تحتاج إلى عشر سنوات من أجل تكوين طبقة فلين واحدة.

*النمل العامل والنشيط هو من الإناث .

*البومة لاترى في الظلام الدامس.

*واحدا من الأقمار التي تدور حول المريخ يشرق مرتين ويغرب مرتين في اليوم.

*الأطفال البنات ينمن بعصبية بينما ينام الأطفال الذكور بهدوء.

*أرجل الجرادة يمكن أن تمشي وتتحرك حتى بعد أن تفصل الأرجل عن جسم الجرادة ورأسها.

*السرطان البحري يعيش فترة أطول إن وضعته في صندوق مغلق تماما أكثر من الفترة التي يعيشها في صندوق مغلق له ثقوب.

*أن الحلقات التي تدور حول زحل يبلغ طولها ٨٠٥٠٠ كم ، ولكنها ذات سماكة لا تتجاوز ٣٠سم.

*في مدغشقر يستخدمون خيوط العنكبوت في حياكة الأقمشة.

*طائر البويا يحاول أن يحاصر ذباب النار في عشه بهدف الاستنارة بضوئها الذي يصدر عنها في ظلمة الليل.

*سرب الجراد من الحجم المتوسط يتراوح عدد الجراد فيه حوالي مليون جرادة ، ويستهلكون حوالي ٢٠طن من الطعام يوميا.

في إجراء جديد من نوعه يمكن أن يشكل ثورة في المجال الطبي ويضع نهاية للآلام التي تصاحب استخدام الابر في حقن الجسم بمختلف الادوية والامصال توصل العلماء في الولايات المتحدة إلى اكتشاف إجراء

جديد يستخدم فيه شعاع غازي لفتح ثقوب صغيرة في الجلد بما يسمح للادوية بالدخول إلى الجسم دون أي ألم.
والاسلوب المبتكر أطلق عليه "الانشقاق الدقيق" يستخدم فيه شعاع من الغاز لازالة الطبقات الخشنة من الجلد وفتح ثقوب دقيقة في الجلد يمر من خلالها الدواء الموصى به للمريض.

واكتشف العلماء أثناء تجاربهم الاخيرة أن ثقوبا لا يتجاوز عمق كل منها واحد على خمسة من المليميتر كافية لتوصيل الادوية لمجرى الدم ويمكن فتح هذه الثقوب دون لمس الجلد. ويمكن تطبيق هذا الاسلوب بنجاح كبير في التخدير الموضعي وفي إجراء الفحوص الطبية المختلفة .

ويعتقد الخبراء أن الاجراء الجديد الذي لا يستغرق سوى ٢٠ ثانية يمكن أن يحدث ثورة طبية تجعل من الابر المستخدمة الان في الحقن بالامصال وجميع الادوية الاخرى دربا من الماضي.

ووصف المتطوعون الاجراء الجديد الذي نشرت تفاصيله جريدة بي ام سي الطبية بأنه لا يسبب ألما على الاطلاق. وكل ما شعروا به فقط هو مرور شعاع رقيق من الهواء يتغلغل داخل الجلد

وقال فريق من الباحثين من قسم علوم الصحة والتكنولوجيا بكمبريدج أن الاسلوب يعتبر أول خطوة جادة في الطريق نحو التخلص من الابر وتوفير بديل لها يمد الجسم بالدواء من خلال الجلد.

هل تعلم

أن نحلة العسل..اذا لسعتك تموت هي على الفور

أن أول الأصوات التي يستطيع الطفل تمييزها، هو صوت الأم

أن مقدرة الحصان والهر والأرنب على السمع..أكبر من مقدرة الانسان، وهي تستطيع تحريك آذانها لالتقاط أضعف الأصوات

الحصان اذا ُقطع ذيله..مات

العقرب اذا أُحيط بالنار يلسع نفسه،ويموت

الأفيال تبكي عندما تكون حزينة

الفيل يموت..اذا دخلت في أذنه نملة

الطفل لا يمكنه البكاء حقيقة قبل مرور خمسة أسابيع على الأقل بعد الولادة . . إذ تبدأ حينئذٍ فقط القنوات الدمعية في عملها

أن المخ البشرى يتكون من أثنى عشر مليون خلية تسيطر على العضلات والأعصاب وأجهزة الجسم المختلفة

أول بئر نفطية حُفرت في العالم كانت في ولاية بنسلفانيا الأمريكية عام ١٨٥٩

أن أطول الحروب في العالم هي حرب المائة عام بين فرنسا وبريطانيا، عام ١٣٣٨م، واستمرت حتى عام ١٤٥٣، أي دامت ١١٥ عاماً

أن أول حديقة حيوان انشئت في العالم . . كانت في باريس عام ١٧٩٣م

تحتوي طبقة الأيونسفير وهي الطبقة العليا في الغلاف الجوي على جسيمات ذرية مشحونة لها أهمية بالغة في الاتصالات، وانتقال موجات الراديو

أن أكبر بيضة في العالم الآن هي بيضة النعامة، وزنها ٢ كيلوجرام تقريباً، وُسمك قشرتها فيبلغ ٥را ميليمتر تقريباً، ويمكن لشخص وزنه ٩٨ ر١٢٦ كيلوجرام أن يقف عليها دون أن تتحطم

البعوضة . . لها أسنان، وعدد أسنانها ٤٧ سنة وللأرنب . . ٢٨ سناً في فمه،وللفيل ٣٢، وللجمل ٣٤ وللكلب٤٢

تتجدد رموش عين الانسان باستمرار، ويبلغ متوسط عمر الرمش الواحد حوالي ١٥٠ يوما

ان كل الكائنات تحرك فكها السفلي عند الأكل، عدا التمساح، الذي يحرك فكه العلوي

أن قلب الذبابة يخفق ١٠٠٠ مرة في الدقيقة الواحدة

أن اكبر مجموعة جزر في العالم يبلغ طولها ٥٦٠٠ كيلومتر

أن أكبر صحراء في العالم هي الصحراء الكبرى في شمال أفريقيا

أن أضخم أنواع العناكب تعيش في البرازيل، ويصل وزنها إلى ٨٥ جراماً

أن أثقل حيوان في العالم هو الحوت الأزرق

أغلب الأسماك التي في أعماق عميقة جداً . . عمياء

الفرس يستطيع أن يظل شهراً كاملاً واقفاً على أقدامه

أن أكثر الحيوانات حدة في السمع هي الذئاب والحمير

أن ٤٠% من كلمات اللغة المالطية . . عربية الأصل

أن أول من عرف القمح، هم المصريون القدماء، عام ٤٠٠٠ قبل الميلاد

أن الحبر المستخدم في ختم اللحوم، يصنع من قشور العنب الأسود

أن أول مدينة زودت بشبكة هاتفية . . هي باريس عام ١٨٨٠م

أن أول صورة فوتوغرافية في العالم تم إلتقاطها، كانت في فرنسا عام 1826م

عندما يفقد الأخطبوط إحدى أذرعه الطويلة، تنمو ذراع بديلة لها تدريجياً فيما بعد

الزيت والماء يمكن أن يختلطا..اذا وضعت قطعة من الصابون معهما

أن عنق الزرافة يحتوي على عدد من الفقرات يساوي العدد الموجود في عنق الانسان

هل تعلم.....

1- أن العبد إذا قام الى الصلاة أتي بذنوبه كلها فوضعت على عاتقه فكلما ركع أو سجد تساقطت عنه فأطل الركوع و السجود .

2- ان طول الأوعية الدموية في الجسم إذا جعلت في خط مستقيم- يبلغ نحو ١٠٠ ألف ميل أي مايعادل(١٦١ ألف كم) أي أنها كافية لتلف العالم أربع مرات من منطقة خط الاستواء .

3-ان الفيل هو الحيوان الوحيد الذي له أربع ركب .

4-البعوضة . . لها أسنان، وعدد أسنانها ٤٧ سنة وللأرنب . . ٢٨ سناً في فمه،وللفيل ٣٢، وللجمل ٣٤ وللكلب٤٢ .

5-أن خليط من عصير الليمون وفصان من الثوم والزنجبيل وملعقة من زيت الزيتون النقي يعتبر خليط ممتاز لتنظيف الكبد ، حيث يؤخذ هذا الكوب من الخليط على الريق قبل الافطار بساعة .. وينصح باستعمال هذه العملية مرة كل ستة شهور .

6-انه تتجدد رموش عين الانسان باستمرار، ويبلغ متوسط عمر الرمش الواحد حوالي ١٥٠ يوما .

7-أن التمر يزيل الامساك، بينما البلح غيرالناضج يوقف الاسهال .

8-أن هنالك نوعا من الورود في جزر الهاواي يتفتح مصدرا دويا قويا .

وقد أطلق على هذه الوردة باسم (الشجرة المفرقعة النارية .)

9-انه كان يسمح للرجال الانكليز في القرن السادس عشر بضرب زوجاتهم ، ولكن فقط قبل بلوغ الساعة العاشرة مساء .

10-أن الفراولة مفيدة للقلب ، وذلك لأنها من أفضل مضادات الأكسدة، وغنية بالألياف الغذائية القابلة للذوبان، وهذه الألياف تعمل على تخفيض معدل الكوليسترول في الدم، وزيادة كفاءة الدورة الدموية .

11-ان العقرب اذا أُحيط بالنار يلسع نفسه،ويموت .

13-انه عندما يفقد الأخطبوط إحدى أذرعه الطويلة، تنمو ذراع بديلة لها تدريجياً فيما بعد .

14-أن من عادة أهل هضبة التبت في الصين مد ألسنتهم تعبيرا عن الترحيب بالضيف .

15-أن عنق الزرافة يحتوي على عدد من الفقرات يساوي العدد الموجود في عنق الانسان .

16-أنه بإمكانك رؤية النجوم وأنت في النهار ، انظر إلى قاع بئر في وضح النهار وسوف ترى النجوم المتلألئة .

17-أن السلطان محمد علي الذي حكم مصر قد ألف فرقة من الجنود

المشاة تضم فقط جنودا بعين واحدة .

18- أنها دلت الأبحاث على أن زيت النعناع يساعد على التخلص من اضطرابات الأمعاء ، وذلك بسبب فاعليته كمضاد للتقلصات والتشنجات، وهو يعمل على استرخاء عضلات المعدة والأمعاء ، ويعمل أيضا كمضاد بكتيري .

19- أن الأطفال البنات ينمن بعصبية بينما ينام الأطفال الذكور بهدوء .

20- أن القدماء كانوا يعتقدون أن هنالك عصبا صغيرا يصل بين الإصبع المسماة بالبنصر في اليد اليسرى وبين القلب ، وهذا العصب مسؤول عن الحالة الشعورية ، لذلك كان وما زال خاتم الزواج يوضع في هذه الإصبع للسبب المذكور .

21- أن جسم الدودة يحوي على ٢٠٠٠ عضلة وإذا ما قورن بجسم الإنسان فجسم الإنسان يحوي علي ٧٠٠ عضلة فقط .

22- أن اللسان يختلف مثل بصمات الأصابع من شخص لآخر .

23- الشاي هو مصدر غني من مصادر المغنيسيوم (الذي يساعد في تقوية العضلات) وكذلك البوتاسيوم الذي يساعد في تخفيض ضغط الدم، والزنك المفيد في علاج حب الشباب .

24- ان الحصان اذا ُقطع ذيله..مات .

25 أن أكبر بيضة في العالم الآن هي بيضة النعامة، وزنها ٢ كيلوجرام

تقريباً، وُسمك قشرتها فيبلغ ٥را ميليمتر تقريباً، ويمكن لشخص وزنه ٩٨ ر١٢٦ كيلوجرام أن يقف عليها دون أن تتحطم .

26- ان كل الكائنات تحرك فكها السفلي عند الأكل، عدا التمساح، الذي يحرك فكه العلوي .

27- أن ٤٠% من كلمات اللغة المالطية . . عربية الأصل .

28- أن تناول موزتين الى خمس موزات في اليوم يبعد خطر ارتفاع ضغط الدم، ويمكنه أن يخفض ضغط الدم المرتفع الى المعدل الطبيعي خلال أسبوع واحد فقط ودون استعمال أدوية خافضة للضغط، حيث أن الموز يحتوي على نسبة عالية من البوتاسيوم ونسبة قليلة من الصوديوم وهو النوع الموجود في ملح الطعام، ومن الجدير بالذكر أن الطعام المحتوي على عنصر البوتاسيوم يساعد على التخلص من مادة الصوديوم التي تساعد على ارتفاع ضغط الدم .

29- أن .... قولك عند الخروج من الخلاء " غـفرانك " يعني طلبك العفو و المغفره من الله تعالى لإنقطاعك عن ذكره بدخولك للخلاء .

سبحان الله والحمدلله والله أكبر

هل تعلم

-أن المذهبات هي المعلقات أو القصائد القديمة في الشعر الجاهلي و كانت تكتب بماء الذهب

-أن العرب قديماً كانوا يطلقون على الذهب اسم الأصفر الرنان

-أن قارون اشتهر في التاريخ القديم بأنه يحول التراب إلى ذهب

-ان الذهب يوزن بالجرام و الماس بالقيراط

-ن الزمرد له أسم ثان هو الزبرجد و أن التبر هو تراب الذهب

-أن الذبابة تهز جناحها حوالي (٣٢) مرة في الثانية الواحدة

-أن بعض النباتات تفرز سماً تقتل به النباتات المجاورة لها ليصبح الماء المتوافر لها وحدها

-أن الفيل يشم رائحة الإنسان على بعد نصف كيلو متر
النسور لا تموت و لكنها تنتحر بسبب المرض

-أن أصغر عصفور في العالم هو العصفور الذبابة
أقصر وقت مسرحية في العالم بلغ ٣٠ ثانية

-أن الإنسان عندما يتكلم فإنه يستعمل ٤٤ عضله و عندما يغضب

-يستعمل ٢٣ عضله و عضلتين فقط عندما يبتسم و أثناء النوم تسترخي ٣٥٧عضلة

-أن أقدم سجادة في العالم مصنوعة من الوبر و الصوف باللونين الأحمر و الأبيض اكتشفت عام ١٩٤٧م ويعود تاريخها إلى القرن الخامس قبل الميلاد و توجد حالياً في مدينة (لينينجراد)

-أن الجاذبية على القمر تساوي سدس الجاذبية على الأرض
ليس للقمر غلاف جوي و الجبال تغطي معظم سطحه

-أن أكبر صحراء في العالم تبلغ مساحتها ٨ ملايين كيلو متر وهي الصحراء الكبرى

-أن عدد الحدائق الموجودة في فرنسا و التي تحتوي على عدد من الأشجار النادرة هو ٣٥ حديقة

-أن عدد الآلات التي تستخدم لقص الحشائش في الولايات المتحدة ٧٠ مليون آلة و تسبب هذه الآلات تلوث للبيئة يعادل ما تسببه مليون سيارة ٣٠

-أن عدد جنود الحملة الفرنسية على مصر ٣٦ ألف جندي

-أن نظام الحكم في اليابان إمبراطوري
-أنه تم تحديد خط الطول جرينتش عام ١٨٨٤ م

-أن المدة التي احتل فيها الصليبيون القدس ٨٨ سنة

-أن كمية الخبز الذي يلقى في سلة المهملات سنوياً من الفرنسيين هو ٤٠٠ ألف طن

-أن الخليفة العباسي المعتصم بالله هو الابن الثامن لهارون الرشيد و أب لثمانية أولاد و ثماني بنات و أنه حكم مدة ثمان سنوات وثمان أشهر و ثمان أيام

-أنه يوجد طفل كوري نسبة ذكائه بلغت ٢١٠ درجة و عمر هذا الطفل ست سنوات و هو يتكلم أربع لغات (الكورية و الإنجليزية و الإيطالية و اليابانية) كما يستطيع حل مسائل حسابية معقدة على شاشة التلفزيون .. يعمل والدا هذا الطفل أستاذين في الجامعة و من المصادفة العجيبة أنهما ولدا في يوم واحد في ساعة واحدة حيث كانت الساعة الحادية عشرة قبل الظهر يوم ٢٣ مايو ١٩٣٤ م أما ابنهما الذكي فاسمه (كيم يونج)

-أن النسر يعيش مائة عام

-أن الفيل أطول عمر من الجمل .. إذ يعيش حوالي سبعين سنة بينما يعيش الجمل خمس و عشرين سنة و هو اقصر من عمر الحصان الذي يعيش خمسا و ثلاثين سنة

-أن عمر القرد لا يتجاوز في المتوسط ثلاثين سنة

-أن أول إعلان في التاريخ كان في شكل بيت من الشعر نظمه الشاعر ربيعة بن عامر الملقب بالدرامي فقد حضر إليه أحد التجار يشكو نفاذ كل الحمارات التي يبيعها عدا السوداء فلم يشتريها أحد منه .. فنظم الشاعر قصيدة و أرسلها لأحد الشعراء ليتغنى بها .. و كتب في مطلعها :ـ قل للعليحة في الحمار الأسود .. ماذا فعلت بناسك متعبد . ... ولما انتشرت هذه القصيدة لم تبقى واحدة لم تشتر حمار أسود فنفذت كل الحمارات لدى التاجر بل أنه باعها بسعر مرتفع ....

-أن أول معركة بحرية إسلامية هي (ذات الصواري) التي وقعت في البحر المتوسط بين المسلمين و البيزنطيين في عهد عثمان بن عفان سنة ٣٤هـ و انتصر فيها المسلمون ..

-أن أول مركبة تصل إلى سطح القمر هي المركبة الروسية (لونا ـ 2)وكان ذلك في سبتمبر ١٩٥٩م

-أن أول من صعد إلى الفضاء الخارجي هو (يوري جاجارين) الروسي على متن المركبة(افوستيك)

-أن أول من مشى في الفضاء الخارجي هو الروسي (الكسي ليونوف) في يونيو ١٩٦٥م

-أن أول من وضع قدمه في سطح القمر هو الأمريكي (نيل أرمسترونغ) في يوليو ١٩٦٩م

-أن أول فتاة صعدت إلى الفضاء هي (فالنتينا تيرشكوفا) على متن المركبة (فوستك ـ ٦)

-أن (الرأرأة) تعني تحريك العينين و إدارتهما لتسديد النظر على الهدف

-أن الحصان يستطيع أن يعيش ٢٥ يوم بدون أكل
الكلب يستطيع أن يسمع دقات الساعة وهو على بعد 40 قدم

-أن أقسى العناصر على وجه الأرض هو الألماس

-أن أكثر العناصر قابلية للطرق و السحب و التشكيل هو الذهب

-أن أخف العناصر هو الهيدروجين

-أن الاسم الآخر لدمشق هو الفيحاء

-أن أول حاسة يفقدها الإنسان عندما يموت هي حاسة البصر ثم التذوق ثم الشم ثم اللمس ثم السمع

-أن النملة تستطيع أن تحمل ٥٠ أضعاف وزنها

-أن كمية الحديد في دم الإنسان تساوي حجم مسمار

-أن مجموع طول الأوعية الدموية في الإنسان البالغ الذي يزن ٥٠ كيلو جرام نحو مائة ألف كيلو متر وهو ما يكفي للف الكرة الأرضية عند خط الاستواء مرتين ونصف وتبلغ مساحة سطوح هذه الأوعية نحو ٦٣٠٠ متر مربع

-أن أبرع بيت قالته العرب هو قول أبي ذؤيب الهذلي : و النفس راغبة إذا رغبتها .. .. و إذا تردى إلى قليل تقنعُ

-أن أحسن ما قيل في وصف الليل هو قول امرئ القيس : وليل كموج البحر أرخى سدوله .. علي بأنواع الهموم ليبتلي

-أن البحوث الطبية أثبتت أن النساء يتفوقن على الرجال في حاسة الشم

-أن مخ الذكور أكبر من مخ الإناث

-أن مخ الأشخاص طوال القامة أثقل وزناً من مخ قصار القامة

-أن معدل ذكاء المرأة أعلى من الرجال بالنسبة لتعلم اللغات

-أن ذاكرة المرأة أقوى من ذاكرة الرجال

-أن الرجال أكثر من النساء في احتمال الإصابة بمرض النقرس

-أن أول من وصف عملية الشق العجاني للحصاة هو علي بن العباس

-أن أول من عمل عملية استئصال حصاة المثانة عن طريق المهبل هو الزهراوي

-أن أول من وصف عملية فتح القصبة الهوائية هو أبن مأسوية

-أن أول من اكتشف الدورة الدموية الصغرى في الإنسان هو أبن النفيس

-أن أول من قال بقابلية الأعضاء الصلبة في الجسم كالعظام للالتهاب و التضخم و الأورام هو ابن سينا.

لماذا تظهر بشكل مقلوب في المرآة؟

ينعكس الضوء عن المرآة في خطوط مستقيمة بالطريقة نفسها التي اصطدم بها لأن المرآة لها سطح ناعم ولهذا السبب ترى انعكاساً لنفسك بالضبط والأشعة المنعكسة تجعل أجزاء جسمك تظهر في مواقعها الحقيقية بالضبط. لذلك يظهر رأسك في القمة وأرجلك في القاعدة ويدك اليسرى على جانب الأيسر ويدك اليمنى على الجانب الأيمن أما الصور فتبدو معكوسة لأنك تواجهها.

*في مصر الفرعونية كان يتعين على كهنة المعابد ان ينتفوا جميع الشعر الموجود في اجسامهم بما في ذلك شعر الحاجبين والرموش.

*مخ الا نسان يستهلك ٢٠في المئة في اجمالي الأوكسجين الذي يمتصه الجسم .

*عندما ينام الدلفين فإن نصف مخه يستغرق في النوم بينما يظل النصف الآ خر مستيقظا ، كما ان احدى عينيه تغلق بينما تظل الاخر مفتوحه .

*مكتبة الكونغرس الاميركي هي اضخم مكتبة في العالم حيث تحتوي على اكثر من ٢٠مليون كتاب.

*الدول الوحيدة التي تظهر اشكال طيور على اعلامها هي مصر والمكسيك وزامبيا وكيريباتي وفيجي والدمينيكان.

*اذا تم احراق كمية معينة من معدن المانغنيسوم فإن وزن الرماد الناتج عن ذلك يكون اثقل من وزن الكمية الاصلية.

*عندما تعطس تتوقف جميع الاجهزة في جسمك عن العمل بما في ذلك القلب .

*اسرع شيء في الكون هو الضوء حيث انه يتحرك بسرعة ثابتة تبلغ نحو ٢٩٨الف كيلومتر في الثانية الواحدة.

*في العام1918 انتشر وباء انفلونزا خطير في جميع انحاء العالم وتسبب في موت اكثر من ٢٠ مليون شخص .

*ينتج جسم الأنسان البالغ نحو مليون خلية دم جديدة في الثانية الواحده .

*الخيزران هو نوع من الاعشاب ينمو بمعدل ٩٠سنتيمتراًفي اليوم الواحد.

*لا يستطيع طائر الفلامينغو ان يأكل الا اذا كان رأسه مقلوبا.

*اول دولة في العالم منحت النساء حق التصويت في الا نتخابات هي نيوزيلندا .

*1%فقط من سكان العالم يمتكلون اجهزة كمبيوتر .!

*يوجد الذباب في جميع انحاء العالم بأستثناء القطبين الشمالي والجنوبي .

*اللؤ لؤ يذوب اذا وضع في الخل لفترة معينة.

*عندما ينام المرء يزداد طول قامته بمعدل سينتمتر واحد تقريباً.

*هناك مطعم ضخم في العاصمة الصينية (بكين) يتسع لاكثر من ٩آلاف زبون في آن واحد.

*حجم الجنين البشري في نهاية اسبوعه الثالث لايزيد على حجم بذرة السمسم اما وزنه فلا يزيد على وزن قطرة ماء.

*لا تبدأ شجرة القهوة في انتاج الثمار الصالحة للاستهلاك إلا بعد ان يصبح عمرها خمس سنوات أو أكثر.

*تستطيع النملة ان تغطس تحت الماء لمدة اسبوعين متواصلين من دون ان تفارق الحياة .

*الألمنيوم هو المعدن الكثر انتشاراً في القشرة الخارجية لكوكب الارض .

*ايفان الرابع (الشهير بلقلب ايفان الرهيب) كان اول قيصر لروسيا في العام ١٥٤٧.

التفاح

فاكهة مرطبة و سهلة للأمعاء و مفيدة. يحتوي ١٠٠ غرام من التفاح على :

85% -من وزنها ماء.

12%سكر

40 -وحدة من فيتامين ب ١.

90 -وحدة من فيتامين أ.

20 -وحدة من فيتامين سي.

4 -غرامات من الألياف.

-و الكثير من الأملاح المعدنية مثل البوتاسيوم و الكالسيوم و الفسفور و الحديد .

و للتفاح فوائد عديدة:

-مفيد في الأمراض الالتهابية الحادة.

-يحتوي على مادة البكتين - التي تساعد على التخلص من الحموضة و الغازات بالمعدة.

-يهدئ السعال و يسهل إفراز البلغم.

-يحد من ارتفاع الكولسترول في الدم.

-مفيد للكبد و الكليتين و المثانة ، إذا يسهل عملها.

-يساعد في استقرار سكر الدم.

-يعالج الإمساك و الإسهال.

-يساعد على تفتيت حصى المرارة.

-لوقاية تصلب الشرايين ، ينصحوا الأطباء بأكل تفاحتين في اليوم.

ماهي حقيقة الديناصورات ؟؟

الديناصور عاش على الأرض منذ ١٨٠ مليون سنه لمدة ٦٠ مليون سنه . وأصل الديناصورات من الزواحف المتطورة والمعروف أن الزواحف فصيلة مختلفة من الحيوانات باردة الدم ، تستطيع الحياة على البر . لها قلب من نوع خاص واول طور من أطوار الزواحف كانت قادرة على الحياة في البر والبحر ، ولكنها تضع بيضها وتفقسه على البر ولصغارها أرجل ورئات تستنشق الهواء، وتتغذى على الحشرات ولها ذيول قصيرة وأرجل سميكة

ورؤوس كبيرة وتتغذى على النبات.

ماهي الزهرة التي تتفتح في الجليد؟؟

تلك هي زهرة اللبن الثلجية والسبب في قدرة هذه الزهرة الجميلة على الظهور في وقت مبكر من السنه رغم البرد القارس هو البصلة التي منها ترقد البصلة في التربة بعيدا عن الصقيع وتستخدم كل ما يمكن أن تصل إليه من الدفء في التربة وعندما يصبح الهواء خارج التربة اكثر دفئًا تنبت طلعا اخضر مورقا و طول نباتها بين ١٠ إلى ٢٠ سنتيمترا وللبتلات التي تشكل تويج الزهرة نقط خضراء في نهاية الزهرة وزهرة اللبن الثلجية منتشرة في المروج على شطآن المساقي والغدران وفي الغابات.

ما اصل تسمية العائدة المستديرة ؟؟

وردت العائدة المستديرة لاول مرة في قصص كتبت في القرون الوسطى عن الملك ارثـــــــــر وفرسانه كانوا حول العائدة المستديرة يجلسون للتشاور وللطعام وكانت مستديرة حتى يتجنبوا مقاتله بعضهم البعض بسبب جلوس أحدهم في مكان من العائدة يبديه في مرتبـة اعلى مـــــــــن زملائه وقصة العائدة المستديرة قصة خيالية شأن كل أساطير ارثر فقد كـــان جنديا مـــن ويلز.

أكد أخصائي مصري الفوائد الصحية الجمة للبصل خاصة لاحتوائه الهرمونات المغذية للقدرة الجنسية ومفعوله القوي في إبادة جراثيم الجهاز الهضمي فضلا عن استخدامه في علاج سقوط الشعر. وأوضح أستاذ كيمياء التغذية بالمعهد القومي للتغذية بمصر الدكتور محمد منعم

محمد إن البصل يحتوي على الفسفور والكالسيوم والحديد بكميات كثيرة بالإضافة إلى المواد المدرة للبول والمواد المليّنة للبطن والمقوية للأعصاب.

وأشار الدكتور منعم إلى أن داود الأنطاكي قال عن البصل في تذكرته الطبية الشهيرة بـ(تذكرة داود) انه يفيد في علاج سقوط الشعر إذا ما تم تدليك فروة الرأس بعصير البصل منوها بأن البصل يفيد كذلك في إزالة بقع ونمش الوجه عندما يسحق وينقع في الخل ثم يدعك به الوجه.

وذكر الدكتور محمد إن البصل له تأثيره العلاجي عند الإصابة بنزلات البرد والرشح والسعال ووجع البطن، إلى جانب أنه طارد للديدان ومقو ومنشط للجسم ولكنه نبه إلى أن الإكثار من أكل البصل يسبب الوخم ويؤدي إلى النوم العميق إلى جانب الإحساس بالعطش.

وأوضح أنه يفضل تناول البصل مطبوخا مشيرا إلى أن البصل المطبوخ يفيد في السعال وخشونة الصدر إلى جانب أن أكله يدر البول سواء كان البصل نيئًا أو مطبوخا. ونصح المصابين بالبول السكري بتناول بصلة متوسطة الحجم يوميا باعتباره يخفض كمية السكر في دم المصاب.

وأكد أستاذ كيمياء التغذية أن البصل يعد (صيدلية شفاء) لأمراض كثيرة ويحتوي على الماء والبروتين والدهن والكربوهيدرات وفيتامين أ وفيتامين سي إلى جانب الأملاح المعدنية كالصوديوم والبوتاسيوم والكالسيوم والماغنسيوم والفوسفور. وعن كيفية التغلب على رائحة البصل النفاذة أوضح الدكتور محمد أن ذلك يتم من خلال تناول النعناع الأخضر أو البقدونس باعتبارهما أسرع مزيل لرائحته .

عَنْ عَبْدِ اللّهِ بْنِ مُحَمّدٍ الْجُعْفِيّ قَالَ ذَكَرَ أَبُو عَبْدِ اللّهِ (عليه السلام) الْبَصَلَ فَقَالَ: (يُطَيّبُ النّكْهَةَ وَيَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ وَيَزِيدُ فِي الْجِمَاعِ .)

عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ سَالِمٍ عَنْ أَحْمَدَ بْنِ النَّضْرِ عَنْ عَمْرِو بْنِ شِمْرٍ عَنْ جَابِرٍ قَالَ قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ (عليه السلام): (الْبَصَلُ يَذْهَبُ بِالنَّصَبِ وَيَشُدُّ الْعَصَبَ وَيَزِيدُ فِي الْخُطَى وَيَزِيدُ فِي الْمَاءِ وَيَذْهَبُ بِالْجُمَّى .)

عَنِ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ (عليه السلام) يَقُولُ: (كُلُوا الْبَصَلَ فَإِنَّ فِيهِ ثَلَاثَ خِصَالٍ يُطَيِّبُ النَّكْهَةَ وَيَشُدُّ اللِّثَةَ وَيَزِيدُ فِي الْمَاءِ وَالْجِمَاعِ .)

وعَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ (عليه السلام) قَالَ: (الْبَصَلُ يُطَيِّبُ النَّكْهَةَ وَيَشُدُّ الظَّهْرَ وَيُرِقُّ الْبَشَرَةَ).

ميدل ايست اونلاين

لندن - أظهرت البحوث البريطانية أن أعداد الأطفال الذين يعانون من تفاعلات تحسسية لفاكهة الكيوي قد ارتفعت بصورة حادة في السنوات الأخيرة .

ووجد الباحثون في جامعة ساوثامبتون البريطانية أن الكثير من الأطفال تحت سن الخامسة يصابون بأعراض تحسسية مميتة بسبب تناولهم هذه الثمار مشيرين إلى أن تأثيراتها على الأطفال تظهر بصورة أقوى وأخطر مما هي على الكبار الذي يصابون عادة بأعراض خفيفة .

وقد سلطت هذه الدراسة التي عرضت في الأكاديمية الأوروبية لعلوم الحساسية والمناعة السريرية في باريس، الضوء على المخاطر التي يتعرض لها الأطفال بسبب الطعام فأجسامهم الصغيرة تتفاعل في سن مبكرة جدا حيث كان أصغر المصابين في الأربعة شهور الأولى من عمره وغالبا ما يصابون بأعراض شديدة .

وقال الباحثون أن فاكهة الكيوي تعتبر من أطعمة الرفاهية ويتناولها الأغنياء فقط ولكن في العشر سنوات الأخيرة أصبحت أكثر شعبية واعتبرت جزءا من

الغذاء الصحي لاحتوائها على نسبة عالية من فيتامين(سي .)

وأظهرت الدراسات أن واحدا من كل عشرة أطفال يفضلون الكيوي على جميع أنواع الفواكه مما جعلها شعبية أكثر كالموز والتفاح ولكن المعلومات عن آثاره على الأطفال الحساسين قليلة .

ولاحظ الباحثون بعد متابعة ٣٠٠ طفل وبالغ مصابين بحساسية مؤكدة نحو الكيوي، أن ٤٠ في المائة من الأطفال تحت سن الخامسة ومصابين بالحساسية، عانوا من أعراض خطيرة مهددة للحياة كضيق النفس الشديد وصدمة تحسسية عنيفة وأن ثلثي الأطفال أصيبوا بالمرض في المرة الأولى لتناولهم الكيوي بينما تأثر خُمس البالغين بنفس الطريقة .

وأظهرت الفحوصات الأخرى أن الكثير من الأطفال يعانون من حساسية شديدة أيضا للحليب والفول السوداني والبيض ولم يتضح بعد إذا ما كانت إصابات الحساسية في ارتفاع بسبب زيادة استهلاك الكيوي أو لأن الأشخاص أصبحوا أكثر حساسية.

فوائد الطماطم:

1ـ غنّي بالفيتامينات والأملاح المعدنية.

2ـ تفيد في علاج أمراض النقرس والتعفنات المعويّة.

3ـ تقاوم عسر الهضم وحموضة المعدة الزائدة.

4ـ تُكافح الإمساك وتُساعد على طرد الفضلات للخارج.

5ـ عصير الطماطم يُساعد على هضم الأطعمة النشوية واللحوم.

6ـ تُقاوم التهاب المفاصل وحصّيات الكلى وحصيات المثانة.

7ـ تُفيد في علاج تقرّن الجلد (تراكم طبقات الجلد السطحيّة بعضها فوق بعض)

8ـ تناول الحساء المصنوع من الطماطم يُفيد مرضى القلب وارتفاع الضغط.

9ـ سهل الامتصاص وتعدّل حُموضة الدّم.

10ـ يُمكن تناول الطماطم نيّئة أو مطبوخة أو على شكل عصير.

فوائد البصل:

1ـ غنّي بالفيتامينات والأملاح المعدنية.

2ـ قاتل للجراثيم وخاصة التي تستوطن الفّم والأمعاء.

3ـ يُساعد على تحديد نسبة السكر في الدّم.

4ـ فاتح للشهية ويُكافح الالتهابات الهضمية.

5ـ يُنشّط عمل القلب والدورة الدّموية.

6ـ يحتوي على مواد تعمل على تقوية الجهاز العصبي.

7ـ مدّر للبول والصفراء ويساعد في حالات تشمّع الكبد.

8ـ يُساعد على خفض الضغط المرتفع وخفض الكولسترول.

9ـ يُفيد في علاج السعال والالتهابات الصدريّة.

10ـ يُساعد في طرد البلغم وحالات التسمّم الدموي.

فوائد القرنبيط:

1ـ غنّي بالفيتامينات والأملاح المعدنيّة ، مثل البوتاسيوم والكروم.

2ـ يساعد في تخليص الجسم من السّموم.

3ـ يساعد في تقليل انفصام شبكيّة العين.

4ـ يعمل على خفض ضغط الدّم المرتفع.

5ـ يعمل على استقرار نسبة السكّر في الدّم.

6ـ يقلّل من الإصابة بالأزمات القلبيّة.

7ـ يفيد في تخفيض مستويات الكولسترول في الدّم.

8ـ يُعتقد انه يقاوم أمراض السرطان.

فوائد الخس:

1ـ غنيّ جداً بحمض الفوليك المفيد للنساء الحوامل.

2ـ غنيّ بالألياف الغذائيّة المفيدة لعمل الأمعاء.

3ـ يعمل كمهدّي ومسكّن للألم.

4ـ يقاوم العطش والسُعال الجاف.

5ـ مدّر للبول ويهدّي الأعصاب.

6ـ يقي الجسم من سرطان القولون.

7ـ غنيّ بالفيتامينات وخاصة فيتامين (a)وفيتامين(س) المضاد للأكسدة.

8ـ يُصنع من ورقه شراب خاص بأمراض الأطفال وخاصة أمراض الصدر.

فوائد الملوخية:

1ـ تصنّف من الأغذية المفيدة السهلة الهضم .

2ـ غنيّة بالأملاح المعدنية مثل الحديد والفسفور0

3ـ تحتوي على البروتينات والفيتامينات مثل فيتامين(أ) وفيتامين(ج0)

4ـ غنيّة بالألياف الغذائية التي تساعد في مكافحة الإمساك0

5ـ تحتوي على مادّة غذائية تفيد في تلطيف الأغشية المعوية0

6ـ تحتوي على مواد تساعد في وقاية الأمعاء من الالتهابات0

7ـ زيت بذور الملوخية يفيد في علاج بعض الأمراض الجلديّة0

8ـ يمكن طهي الملوخية خضراء أو جافّة وإذا أضيف إليها اللحم تصبح وجبة غذائية كاملة .

فوائد الملفوف:

1ـ غنّي بالفيتامينات وخاصة فيتامين (ج) .

2ـ غنّي بالمعادن مثل الكبريت والكالسيوم والفسفور0

3ـ يحتوي على مادّة قاتلة للبكتيريا تشبه في مفعولها المضادات الحيويّة .

4ـ يقاوم الطفح الجلدي ويساعد على نموّ العظام0

5ـ يساعد في تقوية الشعر والأظافر .

6ـ يفيد في حالات طرد الديدان من الجسم .

7ـ يفيد في حالات التهاب القصبات والشعب ويسّهل خروج البلغم .

8ـ ينشّط عمل الكليتين ويساعد في طرد الماء الزائد عن حاجة الجسم .

9ـ مفيد للأشخاص المصابين بالسكري حيث يعمل على خفض كميّة السكر في الدّم .

10ـ العلفوف المسلوق مفيد جدا في حالات فقر الدّم وأمراض المفاصل.

فوائد الفول:

1ـ غنّي بالبروتينات والفيتامينات والأملاح المعدنية مثل الحديد والفسفور .

2ـ يقاوم التّوتر والإجهاد الذي يصيب الجسم .

3ـ يعتقد انّه يحتوي على مركّبات كيماويّة معقدّة تقاوم أمراض السرطان التي تصيب الفّم .

4ـ مفيد للقلب من حيث زيادته لمستوى الكولسترول الجيّد في الدّم .

5ـ يعمل على خفض ضغط الدّم لدى النساء في مرحلة سّن اليأس .

6ـ يحافظ على مستوى السكّر في الدّم .

7ـ يحتوي على مواد تقوّي مناعة الجسم ضّد الأمراض المختلفة .

8ـ قشور الفول تكافح الإمساك الذي يصيب الجسم .

9ـ لأزهار الفول خاصّية زيادة إدرار البول .

10ـ تناول الفول مع الطماطم والبصل والزيت والخبز تجعل منه وجبة غذائية كاملة .

فوائد القمح:

1ـ يعتبر من أهّم الحبوب المفيدة لصحّة الإنسان .

2ـ غنّي جدا بالفيتامينات وخاصة مجموعة فيتامين(ب) المركّب .

3ـ يحتوي على معادن كثيرة مثل الحديد ، الفسفور , السليكون ، واليود .

4ـ يقّوي الجهاز العصبي ويمنح الجسم القوّة والنشاط0

5ـ يساعد في بناء العظام ويقوي الأسنان .

6ـ يساهم في تقوية الشعر ويزيده لمعانا .

7ـ يساعد في عمل الغدّة الدرقيّة0

8ـ يساهم في تكوين الأنسجة والعضلات الهاضمة .

9ـ دقيق القمح يستخدم كعلاج لأمراض الجلد المختلفة .

10ـ للاستفادة من جميع هذه الفوائد يجب تناول (الخبز الأسمر) الناتج من طحن حبوب القمح كاملة

فوائد العدس:

1ـ يحتوي على نسبة عالية من البروتين الضروري لبناء الجسم0

2ـ يحتوي على فيتامينات عديدة وخاصّة فيتامين(ب) المركّب0

3ـ غنّي بالمعادن مثل الحديد ، الفسفور ، والكالسيوم .

4ـ يلعب دورا هاما في تقوية الجهاز العصبي .

5ـ يساعد في تقوية العظام والأسنان .

6ـ يساعد في تقوية الدّم .

7ـ قشور العدس تفيد في مكافحة الإمساك .

8ـ يفيد في زيادة وزن الأطفال ويساعد على الوقاية من تنخّر الأسنان .

*يقول خبراء الطهي أن تقشير البصلة يصبح أسهل عندما تكون مبتلة بالماء .

*العرق الذي يفرزه جسم الإنسان ليست له رائحة أساسا إلا أن البكتيريا التي تعيش على الجلد هي التي تتسبب في تلك الرائحة التي تتفاوت قوتها وفقا لنوع وتعدد تلك البكتيريا .

*الكهنة اليونانيون القدماء كانوا يأكلون لحوم الفئران كجزء من الطقوس التعبدية للإله أبوللو .

*أفضل أنواع الماس هو الذي يكون لونه أبيض مشوباً بالزرقة .

*عندما يندر الطعام تلجأ التماسيح القوية إلى التهام التماسيح الضعيفة.

*هناك ثلاث دول فقط في العالم يتألف نشيدها الوطني من أربعة أبيات فقط، وتلك الدول هي اليابان والأردن وسان مارينو .

*يتولى ذكر البطريق احتضان البيضة الوحيدة التي تضعها انثاه. وخلال فترة الاحتضان التي تستمر لمدة شهرين لا يأكل ذكر البطريق أي شيء ولذلك فانه يفقد نحو ٤٠ في المئة من وزنه.

*كل يوم تطبع اوراق نقود المونوبولي اكثر من نقود الخزينة الامريكية.

*يستطيع الرجل قراءة الحروف الصغيرة اكثر من المرأة لكن المرأة سمعها أقوى .

*نسبة الحياة البرية في افريقيا ٢٨% اما في امريكا.38%

*معدل عدد الاشخاص الذين يولدون في الطائرات في الولايات المتحدة هو 61.000 في كل ساعة.

*الاشخاص الاذكياء لديهم نسبة مرتفعة من الزنك والنحاس في شعورهم .

*اصفر والدين كانت اعمارهم ٨ و٩ والذين عاشوا في الصين عام 1910 .

*كل ملك في لعبة الورق يمثل ملك مشهور

Spadesالملك ديفيد

Heartsشارلمان

Clubsالاسكندر

Diamondsيوليوس قيصر

*اذا كان هناك تمثال في حديقة لشخص ما وكانت ارجل الحصان :
الامامية مرفوعتان فان الرجل قد مات في معركة.
ان كانت رجلا واحدة مرفوعة فان الرجل مات متاثرا بجروح اصيب بها في معركة.
ان كانت جميعها على الارض فانه قد مات من اسباب طبيعية.

*نصف الامريكان يعيشون على بعد حوالي ٥٠ ميل من مكان ولادتهم.

*تشترك السترة الواقية من الرصاص و سلالم النجاة و ماسحات الزجاج و طابعات الليزر ان جميعها اخترعت من قبل المرأة

*الحقيقة الساخرة حول ميل بلانك(Mel Blanc) الذي يؤدي صوت الشخصية الكرتونية بقز باني (Bugs Bunny) ان لديه حساسية من الجزر

*في سكوتلندا اخترعت لعبة وكان اسمها
Gentlemen Only Ladies Forbidden
وقد دخلت الى اللغة الانجليزية باسم
GOLF

*هل تعتقد أن نسبة ٩٩,٩ نسبة آمنه ومطمئنة عندما يتعلق الأمر بجودة شيء ما. فإن الناس قد يفرحون ويتباهون بأن نظامهم يعمل بكفاءة ٩٩,٩ بالمئة وهي نسبة يظن الكثير أنها جيدة ولكن في الحقيقة أنها

ليست كذلك، ونضرب بعض الأمثلة في ماذا سيحدث لو عملت بعض القطاعات بهذه النسبة.وهذا ما سيترتب عليها-:

ساعة كاملة من المياة الغير صالحة للشرب من محطات التحلية.

تحطم طائرة يوميا عند الهبوط في مطار اوهيرو في شيكاغو

16000رسالة بريدية ضائعة في كل ساعة في نظام البريد الأمريكي

20000وصفة طبية خاطئة يوميا

500عملية غير ناجحة اسبوعيا !!

وفاة ٥٠ طفل أثناء الولادة بسبب أخطاء الدكتور المولد

22000شيك تسحب بشكل خاطي في حسابات البنوك في كل ساعة

< = = = = = = بلا شك أنك بعد قراءة هذه الاحصائيات ستعتقد أن نسبة ٩٩,٩ % ليست كافية البتة

*في أوائل حرب الفضاء بين الأمريكان والاتحاد السوفيتي، واجهوا جميعا مشكلة تتمثل في كون اقلام الحبر لا تعمل في الفضاء نظرا لانعدام الجاذبية قام الأمريكان بوضع فريق خاص لحل هذه المشكلة وكانت النتيجة تطوير قلم لا يحتاج للجاذبية لكي يعمل. وكانت تكلفته حوالي مليون دولار

الروس واجهوا نفس المشكلة الغوا استخدام اقلام الحبر واستخدموا اقلام الرصاص.

لماذا سمي مرض السرطان ؟

اطلق علية هذا الاسم لان اورامه تظهر فيها عروق متشعبة مثل ارجل حيوان السرطان.

صفار البيض

فى بعض الاحيان قد يكون صفار البيضه اصفر فاتحا واحيانا يكون اصفر غامقا

ويرجع السبب فى ذلك الى تناول الدجاجة للمواد الخضراء فإذا تناولت منها قدرا معقولا يصبح لون

الصفار غامقا لانها غنية بفيتامين أ

بصمة الطفل

من اهم الوسائل لاثبات الشخصية بصمات الاصابع

وبالنسبة للاطفال حديثى الولادة يكون من الصعب اخذ بصمات اصابع ايديهم

ولذلك يتم اخذ بصمات اقدامهم

ام الرؤساء

يطلق على ولاية فرجينيا الامريكية ام الرؤساء

فقد انجبت الرؤساء

واشنطن - وجيفرسون - ومادسون - ومونرو - وهاريسون - وويلسون

اعلى مدينة في العالم

تعتبر مدينة لهاسا عاصمة التبت هى اعلى مدينة في العالم

حيث يبلغ ارتفاعها عن سطح البحر ٣٦٨٤ قدما

*الجزء الوحيد من جسم الانسان الذي لايصله الدم هو قرنية العين.

*يتنفس الانسان ١٦ مرة في الدقيقه.

*الإذن اليسرى أقوى سماع من الأذن اليمنى بصفه عامه.

*يشرب الفرد الواحد في العام مقدار طنين من الماء.

*يتكون مخ الا نسان من ١٤ الف مليون خليه عصبيه.

*عدد كرات الدم الحمراء في جسم الانسان ٢٥بليون كريه.

*يبلغ طول شرايين جسم الانسان ٦٠٠ الف كيلو متر.

ابن سيناء

أبو علي الحسين بن عبد الله بن الحسن بن علي بن سينا، فيلسوف وطبيب وعالم طبيعي اشتهر في القرنين الرابع والخامس الهجريين / الحادي عشر الميلادي. ولد في أفشنة وهي قرية مجاورة لبخارى (التي تقع الآن في جمهورية أزبكستان السوفيتية .)

نشأ ابن سينا وترعرع في ظل أسرة مستقيمة متكاملة، فقد كان والده من بلخ، ثم انتقل إلى بخارى في أيام حكم الأمير نوح بن منصور حيث قام على ضيعة من ضياع بخارى اسمها خرميثن، ولكنه سكن بأفشنة وأقام بها، حيث كانت قريبة من مقر عمله، ومن هذه القرية اختار زوجته سارة التي أنجبت له ولدين أكبرهما هو ابن سينا ثم انتقلت الأسرة بعد ذلك إلى بخارى .

ولما كان أبوه من الحكام فقد استطاع أن يوفر له ولأخيه تعليما مثاليا بالنسبة لثقافــة ذلك العصر. فأحضر لهما والدهما معلما للقرآن ومعلما للأدب. وفي سن العاشرة كان ابن سينا قد أتم حفظ القرآن ودرس كثيرا من كتب الأدب، ثم أرسله أبوه إلى رجل يعلمه الحساب، وكان هذا الرجل بقالا، إلا أنه كان عليما بالحساب. ثم درس ابن سينا الفقه وطرق البحث والمناظرة، وقرأ التصوف فكان من أفضل السالكين فيه .

ثم قدم إلى بخارى رجل اسمه أبو عبد الله الناتلي وكان يدعى المتفلسف، فنزل ضيفا في دار ابن سينا فعلمه شيئا من الفلسفة أثناء

إقامته عندهم .فبدأ الناتلي بكتاب في المنطق. ولكن ابن سينا كان يتصور المسائل المنطقية خيرا منه، وكثيرا ما بُهر أستاذه بمعرفته بدقائق المنطق وتفصيلاته. وتولى ابن سينا بعد ذلك قراءة كتب المنطق وشروحها بنفسه حتى أتقن هذا العلم ووقف على دقائقه. ثم شرع بعد ذلك في دراسة كتاب في أصول الهندسة وقرأه على أستاذه أيضا، لكنه لم يقرأ عليه سوى خمسة أو ستة أشكال من أول الكتاب، ثم تولى بعد ذلك تعلم بقية الكتاب بنفسه. ولما غادر أستاذه إلى بخارى، أخذ ابن سينا في دراسة العلم الطبيعي، وانفتحت عليه أبواب العلم فعرج على الطب فدرسه ونبغ فيه في مدة قصيرة، إذ لم يجده ابن سينا من العلوم الصعبة فأتقنه حتى أصبح متميزا فيه، ولجأ إليه كبراء الطب يقرءون عليه أنواعه والمعالجات المقتبسة من التجربة، كما تولى علاج المرضى، ولم يكن يتقاضى أجرا نظير ذلك .

تفرغ ابن س ينا للدرس وانقطع للعلم، فلم ينم ليلة واحدة بطولها ولا اشتغل في النهار بغير العلم، وفي خلال هذه المدة لم ينقطع عن دراسة الفقه وجميع أجزاء الفلسفة. وكانت له طريقته الخاصة في فهم القضايا والحجج، فقد كان يرتب المسألة التي يريد فهمها على شكل قياس منطقي، ويجتهد في إيجاد الحد الأوسط واستكشافه، لأنه كان يعتقد أنه لا يمكنه فهم المسألة إلا إذا عرف الحد الأوسط. وكان يجهد نفسه في ذلك، فأحيانا يقع على الحد الأوسط بعد طول عناء، وأحيانا أخرى ييأس من ذلك فيقوم إلى الجامع فيتوضأ ويصلي ويتجه إلى الله بالدعاء رجاء أن يوفقه ويفتح عليه مغاليق المسألة، ثم يأوي إلى فراشه فيفتح الله عليه في المنام ما انغلق عليه فيستيقظ في الصباح ويتصدق على الفقراء حمدا لله على ما أنعم عليه من نعم .

ولقد أنهى ابن سينا تحصيل جميع العلوم المعروفة في عصره وهو في سن السادسة عشرة. وحدث بعد ذلك أن الأمير نوح بن منصور مرض، وحار الأطباء في علاجه، فجرى اسم ابن سينا في حضرة الأمير، فأمر بإحضاره ليشارك الأطباء المشورة والعلاج. فحضر وقام على علاج الأمير حتى شفي. فقربه الأمير، ثم استأذنه ابن سينا بعد ذلك في أن يدخل مكتبة القصر، فأذن له الأمير. وكانت مكتبة ضخمة لم يكن يدخلها أحد إلا بإذن الأمير. فقرأ ابن سينا كل ما في المكتبة وظفر بفوائدها وعرف مرتبة كل رجل في علمه حتى احترقت هذه المكتبة في اضطرابات حدثت بالدولة السامانية، ولم يبق منها إلا ما حواه ابن سينا بعقله وقلبه .

ولقد فرغ ابن سينا من تحصيل جميع العلوم من لغة وفقه وحساب وهندسة ومنطق وفلسفة وطب وهو في سن الثامنة عشر، ووقف على تفصيلاتها ودقائقها وأغراضها، إلا علما واحد استعصى عليه ولم يفهمه وهو علم ما بعد الطبيعة (الإلهيات). فقد قرأ كتاب أرسطو في هذا العلم ولم يفهم منه شيئا، وأعاد قراءته أربعين مرة حتى حفظه عن ظهر قلب دون أن يفهمه. وفي يوم من الأيام ذهب إلى السوق فعرض عليه دلال كتابا صغيرا في أغراض ما بعد الطبيعة، فرده ابن سينا ردا متبرما متحججا بأنه علم لا فائدة منه. فأخبره الدلال بأن الكتاب سعره ثلاثة دنانير فقط وصاحبه في حاجة إلى ثمنه، فاشتراه منه، فإذا هو كتاب الفارابي في أغراض ما بعد الطبيعة. فأسرع ابن سينا إلى البيت وقرأه فانفتح ما استغلق عليه في الحال لأنه كان يحفظ كت اب أرسطو، ففرح لهذا وتصدق كثيرا على الفقراء. لكن العلم لم ينضج في ذهنه إلا بعد أن بلغ مدارك الرجال، واكتسب الخبرات من السفر والترحال .

بدأ ابن سينا أسفاره بعد أن اضطربت أمور الدولة السامانية، وبعد أن

مات والده وكان عمره اثنتين وعشرين سنة آنذاك، فخرج من بخارى إلى كركانج، وكان يلبس زي الفقهاء، فأكرمه أمير خوارزم وقرر له راتبا شهريا يقوم به. وانتقل بعد ذلك إلى جرجان وخراسان وقصد الأمير قابوس فأكرم وفادته. ولما أسر الأمير قابوس وسجن غادر إلى دهستان ومرض بها مرضا صعبا، فغادر إلى جرجان، حيث التقى بأبي عبد الله الجوزجاني .

وفي جرجان تنقل ابن سينا من قصر أمير إلى آخر حتى تقلد الوزارة مرتين لشمس الدولة في همدان. وقد عانى كثيرا من الدسائس والفتن التي كانت مستعرة بين أمراء ذلك العصر حتى أنه تعرض للتشريد والنهب والسجن والطرد من الوظائف السياسية. ولكنه رغم هذه الحياة السياسية المتقلبة لم ينقطع عن الكتابة والدرس والتأليف. فكان يبدأ الدرس مع تلاميذه في أول الليل، يملي عليهم الكتب دون أن يحضره الكتاب، وفي الصباح يذهب إلى الوزارة يدير شئونها .

ولقد تميزت إسهامات ابن سينا في جوانب كثيرة من المعرفة أودعها مؤلفاته العديدة التي وصلت ما يقارب مائتين وخمسين مؤلفا، بين كتاب ورسالة ومقالة، صنفها في شتى أنواع العلوم والمعارف منها الرياضيات والمنطق، والأخلاق، والطبيعيات، والطب، والفلسفة. إلا أن أبرز إنجازاته تظهر في مجال الطب فصنف فيه كتابه القانون ، الذي وضع فيه ملاحظات دقيقة مثل ربطه بين السل وأمراض الرئة الأخرى، والإشارة إلى دور الماء والأتربة في نقل العدوى المرضية إضافة إلى الربط بين العوامل النفسية والعاطفية والمرض وأسباب الشذوذ. ولقد نال هذا الكتاب شهرة كبيرة في الأوساط الطبية، فقد شرحه من قبل عدد كبير من الأطباء الذين جاءوا من بعده. كما ترجم إلى لغات أوروبية عديدة، حيث

ظل يدرس في جامعات أوروبا طوال أربعة قرون متصلة. علاوة على ذلك فيعد ابن سينا واحدا من أشهر الشعراء الذين وضعوا أرجوزات في العلوم. وتعد أرجوزته في الطب من أشهر هذه الأرجوزات .

أما عن إسهاماته في الطبيعيات، فتظهر في كتبه الشفاء ، والنجاة ، والإشارات . ولقد تميزت فلسفة ابن سينا بأنها تؤلف بين الفلسفة اليونانية والفلسفة الإسلامية. وقد كان ابن سينا من الرافضين لفكرة تحويل المعادن الرخيصة إلى ذهب . كما درس الظواهر الطبيعية كقوس قزح وتشكل الصورة بورود الضوء إلى العين. وناقش فكرة الما لا نهاية، وقال إن سرعة الضوء لا نهائية، ودرس علاقة الزمن بالحركة، وأجرى تجاربه وقياساته لحساب الكثافة النوعية للعديد من المواد، وابتكر ميزانا للحرارة يقوم على تمدد الغاز المحصور .

و مما يؤسف له أن ابن سينا رغم عقليته الفذة في الطب وسائر العلوم لم يكن من المهتمين بصحتهم. ففي آخر حياته كثرت عليه الأمراض، وحاول بعض خدمه التخلص منه لنهب أمواله، وشعر هو بضعف صحته، وعرف أن قوته قد سقطت فامتنع عن مداواة نفسه حتى أدركته المنية عام ٤٢٨هـ / ١٠٣٧ م بهمدان.

*يوجد في العالم حوالي ٣٣ سلالة مختلفة من القطط، ويبلغ إجمالي التعداد العالمي للقطط نحو 500 مليون .

*تتسبب الصواعق الرعدية في إضافة نحو ١٠ ملايين طن من غاز النيتروجين إلى غلاف الجو للكرة الأرضية سنوياً .

*تغير الثعابين أسنانها مثلما تغير جلودها من وقت لآخر، فعادة تسقط الأسنان القديمة كل بضعة أسابيع وتنمو أسنان جديدة مكانها .

*إذا مات الفيل وهو واقف فإنه يظل واقفاً لبضع ساعات قبل أن يسقط جسمه على الأرض .

*يمكن سماع صوت زئير الأسد من على مسافة ٨ كيلومترات .

*النعامة تعيش حتى ٧٥ عاماً، وتظل قادرة على التكاثر حتى سن الخمسين .

*يتعين على معدة الإنسان أن تفرز بطانة مخاطية جديدة كل أسبوعين وإلا فإنها ستهضم نفسها .

*في مصر الفرعونية كان الأسبوع يتألف من ١٠ أيام .

*هناك نوع من النمل يشتهر باسم (النمل السفاح) وذلك لأنه يشن غارات على مستعمرات النمل المجاورة له، حيث يقتل ملكاتها وينهب محتوياتها ثم يقتاد عدداً من ذلك النمل ويجبره على العمل لديه !

*لاحظ العلماء أن النمل (يتثاءب) كالبشر عندما يستيقظ من نومه في الصباح .

*الذهب عيار ٢٤ قيراطاً ليس ذهباً خالصا بنسبة ١٠٠ في المائة بل يحتوي على نسبة ضئيلة من النحاس، وذلك لأن الذهب الخالص مائة في المائة يكون ليناً كالصلصال لدرجة أنه يصبح من الممكن تشكيله باليدين .

*الملكة فيكتوريا (١٨٣٧) كانت أول ملكة إنجليزية عاشت في قصر باكنجهام اللندني .

*ينبض قلب الشخص العادي بمعدل ٤٠ مليون نبضة سنوياً .

*قلب سمكة الروبيان يوجد في رأسها .

*السرعة القصوى للعيار الناري تبلغ حوالي ١٠٦٥ متراً في الثانية أي ما يوازي ٣ أضعاف سرعة الصوت تقريباً .

*كشفت بحوث مختبرية عن أن دخان السجائر يحتوي على أكثر من ٢٠٠ مادة كيماوية سامة من بينها ٤٣ مادة على الأقل تسبب السرطان .

*50% من الحرابي (جمع حرباء) الموجودة في العالم تتمركز في مدغشقر .

*الشجرة العادية تستطيع أن تنقي حوالي ٢٥ كيلوجراماً من الملوثات من الجو سنوياً.

*على الرغم من أنها طبيبة في مجال التغذية السليمة ولها مؤلفات عديدة في المجال إلا أن الدكتورة الأمريكية أليس تشيس توفيت في نهاية المطاف متأثرة بأمراض نتجت عن سوء التغذية .

*الماس النقي يتألف من الكربون الخالص .

*الانزيمات التي توجد في اللعاب تقوم بهضم المواد النشوية فقط .

*يحتوي المحيط الهادي على ما نسبته ٦٥ في المئة من إجمالي المياه الموجودة في العالم .

*يبدأ الثعبان في إفراز المادة السامة بعد مرور يوم واحد على ولادته .

*كمية الطاقة التي تنتجها الشمس في الدقيقة الواحدة تزيد بكثير على إجمالي الطاقة المستخدمة على كوكب الأرض طوال سنة كاملة .

*للتسلية الوحشية كان الإمبراطور الروماني كومودس يجمع الأقزام والمعوقين والمجانين من جميع أنحاء إمبراطوريته في مدينة روما ثم يتركهم للتصارع في حلبة كبيرة حتى الموت .

*تشهد الكرة الأرضية نحو ٥٠ ألف زلزال بدرجات متفاوتة سنوياً، وتحدث أغلبها في المحيطات والصحارى .

*اكتشف العلماء حتى الآن نحو ٣٥٠ نوعاً من البيغاوات و٩٥٠ نوعاً من الخفافيش و١٥٠ نوعاً من البوم وه آلاف نوع من المرجان وع آلاف نوع من الضفادع .

*يلقب الكبد بمصنع الكيماويات في الجسم. وذلك لما أحصاه العلماء من أكثر من ٥٠٠ وظيفة مختلفة يقوم بها .

*تستطيع بذور نبات الخشخاش أن تبقى كامنة في باطن التربة لمدة قد تصل أحياناً إلى ١٠٠ سنة إذا لم تتوافر لها الظروف الملائمة كي تنبت .

*الفراعنة كانوا أول من اكتشف خميرة الخبز وكان ذلك في العام ٤٠٠٠ قبل الميلاد .

*منذ ٥٤ عاماً فقط كان جهاز الكمبيوتر الأول بطول ٢٧ متراً ووزن ٣٠ طناً .ياله من تقدم مذهل الآن !!

*التمساح لا يستطيع أن يخرج لسانه من فمه .

*للمحافظة على الأسنان كان المصريون القدماء يصنعون معجوناً للأسنان يتألف من مسحوق قشر البيض ورماد حوافر الثيران مضافاً إليه نوع معين من الصمغ المر .

*ضربت صاعقة رعدية ملعباً لكرة القدم في جمهورية الكنغو

الديموقراطية خلال إحدى المباريات، الغريب أن تلك الصاعقة قتلت جميع لاعبي أحد الفريقين في حين لم يصب أي لاعب من لاعبي الفريق المنافس بسوء.

*يطلق مسمى أرنب على كل من الذكر والأنثى وقد يقال للأنثى أرنبة . والذكر هو أيضا «الخزز» والجمع أخزة وخزان والأنثى هي «عكرشة» . وولد الأرنب هو الخرنق فإذا كبر حجمه وفطم عن الرضاع فهو سلفع فإذا كان أرنبا يافعا لم يصل عمر التزاوج بعد فهو غويلب لأنه يعجز الكلب السلوقي عن أن يمسك به أي يغلبه ولذلك قد يقال له «غويلب السلق» ثم هو سخلة «فخزز» إن كان ذكرا» وعدنة» إذا كان أنثى . ويستطيع الأرنب اليافع ان يتزاوج في عمر ثماني أشهر، وقد يعيش حتى عمر ثمان سنوات إذا ترك ليموت حتف أنفه ولم يقتله صياد أو يفترسه حيوان لاحم . وأثناء فترات القحط والجفاف وعدم توافر الغذاء ، تتخلص الانثى من حملها بأن تمتصه تلقائيا حتى يزول ولاتسقطه.

شرب القهوة مضر

دخل رجل للمقهى ذات يوم وطلب من النادل أن يحضر له ثلاثة فناجين من القهوة، وعندما أحضر النادل الطلب لاحظ أن الرجل يشرب من كل فنجان رشفة بالترتيب إلى أن انتهت القهوة .

وبعد ذلك طلب الرجل من النادل ثلاثة فناجين أخرى من القهوة وشربها بنفس الطريقة وسط دهشة النادل وزوار المقهى .

دفع الفضول النادل إلى أن يسأل الرجل عن طريقته هذه ولماذا يصر على أن يشرب ثلاثة فناجين من القهوة في كل مرة يأتي فيها إلى

المقهى، بل ولماذا يشربها بالترتيب كما يفعل؟ .

وعندما سأل النادل الرجل قال له: (إن لي اثنين من الإخوة أحبهما كثيراً، ولكنهما للأسف لا يعيشان هنا، فأخي الأكبر في أستراليا والأصغر في أمريكا، وأنا أعيش في لندن كما ترى، واتفقنا على أن نشرب القهوة بهذه الطريقة لنتذكر الأيام التي قضيناها معاً .

استمر الرجل على هذه العادة مدة طويلة إلى أن جاء يوم دخل فيه الرجل المقهى وتبدو عليه علامات الحزن والإرهاق .

وعندما جلس طلب من النادل فنجانين فقط من القهوة وفي الحال أدرك أن أحد إخوة الرجل قد توفي ولذلك طلب فنجانين فقط وليس ثلاثة .

وعندما أحضر النادل الفنجانين قال للرجل: (لا أقصد أن أتدخل في خصوصياتك، ولكني أريد فقط أن أواسيك على فقد أخيك). فكر الرجل برهة في كلام النادل فأدرك ما يرمي إليه فقال له: (آه، فهمت .إن إخوتي الاثنين بخير والحمد لله ولكني طلبت اثنين لأن الطبيب نصحني ألا أشرب القهوة حفاظاً على صحتي ومنذ ذلك الحين وأنا أشرب لأخوتي فقط.)

-أكبر عدد من العمليات الجراحية أجراها الجراح الهندي مودي العالمي الشهرة في جراحة العيون 833 , عملية كتراكتا ، أجراها في يوم واحد .

-من الشعب الحيوانية > شعبة الطفيليات < أو الديدان المفلطحة ، وهي شعبة كبيرة تحتوي على ما يقرب من ٦٠٠٠ نوع وتصيب الإنسان والحيوان على السواء ومن أمثلتها الدودة الكبدية وديدان البلهارسيا والدودة الشريطية التي تعيش على الطعام المهضوم داخل الأمعاء

الدقيقة ويصل طولها إلى ما يقرب من ١٠ أمتار أو أكثر.

-أنجبت السيدة الأمريكية روث أليس كيستلر ، من بورتلاند في الولايات المتحدة ، طفلة وكان عمرها ٥٧ عاما و ٤ أشهر.

-أجرى الدكتور كريستيان برنار أوّل عملية زرع قلب طبيعي في مدينة الكاب) افريقيا الجنوبية) في ٣ كانون الأول من عام ١٩٦٧ ، وكان المريض السيد لويس واشكنسكي بعمر ٥٥ عاماً . دامت العملية ٥ ساعات ، وكان عدد المساعدين ثلاثين شخصاً , أما التي منحت قلبها فهي الآنسة دينز دارفال ، وبقي السيد واشكنسكي حياً ١٨ يوماً بعد العملية.

-إن أطول العمليات الجراحية هي التي تجري في الدماغ ، وقد اجريت في ١٧ و ١٨ كانون الثاني من عام ١٩٧٢ للسيد فيكتور زاغويتا ، ١٩ سنة ، أطول عملية جراحية في مستشفى سان دييغو في كالفورنيا ، إذ بقى الطبيب الجراح جون الكسن 31 ساعة يشتغل في دماغه.

-أكثر أم إنجاباً في التاريخ > السيدة فاسيليف < الروسية ، تزوجت وهي في الثامنة عشر سنة ١٧٢٥ ، وبين عامي ١٧٢٥ و ١٧٦٥ أنجبت 69 طفلاً عاش منهم ٦٧ ، وأجهضت ٢٧ مرة ، ومن بين أطفالها ولدت ١٦ مرة توأمين و٧ مرات ثلاث توائم و٤ مرات أربع توائم.

-أخطر نوع من الذباب > ذباب تسي تسي < في أفريقيا الذي تصيب لدغته الإنسان والحيوان فيصابا بمرض النوم الذي يصيب الجهاز العصبي ويؤدي إلى الموت ... وعدد ضحايا هذا المرض كل سنة ٢٠٠٠٠ إنسان ،

ولا يوجد طعم للوقاية منه.

-أكثر المتطوعين المتبرعين بدمهم عطاءً > ريشارد مارينو < إيطالي من فينيسيا عمره ٦٦ سنة ، وتبرع طيلة حياته ألفاً ومائتين وست وخمسين مرة ، يليه الأمريكي > ألن دوستر < الذي تبرع ١٠٣٧ مرة .

-البالغ الأخف وزناً في العالم كانت المكسيكية لوشيا زاراتي (١٨٦٣- ١٨٨٩) . لم يزد طولها عن ٦٧ سنتم ، أما وزنها فبلغ ٢،٢١٥ كغ بعمر ١٧ سنة ، وأصبح ٥،٩٠٠ كغ بعمر ٢٠ سنة.

-نادراً جداً ما يولد الطفل وفي فمه أسنان . وقد ولد من المشهورين وفي فم كل منهم سنّان : ريتشارد الثالث ، مازارين ، ميرابو ، بروكا ، ولويس الرابع عشر الذي أبدلوا له سبع مرضعات لأنه كان ينهش صدورهنّ فلا يتمكن من متابعة إرضاعه.

-يعتبر جسم الكندي فيفيان سيمون ، الملقب بـ { جو البحار } ، من الأجسام التي وشم عليها أكبر عدد من الرسوم ، وقد أحصيت هذه الرسوم ، قبل موته عام ١٩٦٥ بعمر ٧٧ عاماً ، فبلغ عددها ٤٨٣١ وشماً في مختلف أنحاء جسده.

-أطول الرجال قامة في العالم سكان رواندا في إفريقيا الوسطى والدينكا في السودان وبتاجونيا في الأرجنتين ومونتنجيرو في يوغوسلافيا والإنجليز في سوذرلاند ، وتتراوح أطولهم بين 200 و ٢٤٥ سنتيمتراً.

-أكبر رقم قياسي للمعمرين الرجال سجله الياباني < شيجو شيو إيزومو < الذي توفي سنة ١٩٨٦ عن عمر ناهز ١١٤ سنة.

-أقصر امرأة بين الأقزام الهولندية < بولين ماسترز < المشهورة باسم < البرنسيسة بولين < طولها ٥٩ سنتيمتراً ووزنها أربعة كيلوجرامات ، ماتت وعندها ٤٥ سنة.

-أقصر رجل بين الأقزام الأحياء الأن < نلسون دي لاروزا < من سانت دومنجو عمره ٢٢ سنة وطوله ٧٢ سنتيمتراً ووزنه سبعة كيلوجرامات.

-أضخم قط في العالم يملكه < توماس فايس < في كوينزلاند باستراليا يزن ٢١،٣٠٠ كيلوجرام ومحيط رقبته ٣٨ سنتيمتراً ومحيط وسطه ٨٤ سنتيمتراً وطوله ٩٦،٥٠ سنتيمتراً.

-أضخم كلب في العالم < الكلب زوربا < من سلالة سان برنار يملكه < موزويل ايراكاليد < البريطاني . وزنه ١٦٠ كيلوجراماً ويلتهم خمسة كيلوجرامات من اللحم كل يوم . وقد رشح لتمثيل فيلم سينمائي في هوليود.

-يقدر عدد أنواع الحشرات الموجودة في العالم بثلاثين مليون نوع ... وبهذا الرقم تكون الحشرات أكثر عدداً من جميع الحيوانات الأخرى كلها مجتمعة.

-أكبر صخور في العالم صخور < مونت أوجستس < في استراليا ارتفاعها ٣٧٧ متراً وطولها ٨ كيلومترات وعرضها ٣ كيلومترات ، كذلك صخور جران بيدرا البركانية التي اكتشفت في سنة 1940 ووزنها ٦١٣٥٥ طناً.

-أكبر البحار < بحر الصين < الذي تبلغ مساحته ٢٩٧٤٦٠٠ كيلومتر مربع .

-غضب ملك النرويج على أهالي مقاطعة تروندهايم لقيامهم بثورة ضده ، فعين كلبه الجريهاوند < سور < حاكماً عليهم

-أول أدوات حجرية استعملها إنسان ما قبل التاريخ ، في العصر الحجري عثر عليها العالم الفرنسي < جان شافايون < في منطقة أومو بالحبشة سنة ١٩٦٧.

-أطول شارب في العالم شارب برجر بيلاس مالمو في السويد المولود سنة ١٩٣٤ تركه ينمو من سنة ١٩٧٣ حتى بلغ طوله ٢،٨٦ متراً في سنة ١٩٨٩.

-أغرب هاوي لاقتناء الحمام في التاريخ هو المهراجا الهندي < كانديراو < أغنى مهراجا في اقليم بارودا الخصب الغني . وأغرب ما في هوايته أنه كان يقيم حفل زواج لزوجين من الحمام ينتخبهما من نتاج حمامه

الممتاز ، ويقيم لهما حفل زفاف فاخر وزفة يسير فيها الزوجان السعيدان يمتطيان صهوة فيل . كما تقام مأدبة عشاء فاخرة ، ويتكلف الحفل 48500دولار . ويقيم المهراجا هذا الحفل ثلاث مرات كل سنة.

-اعلان عمره 2500 سنة عثر عليه في الأقصر بمصر وهو الآن في المتحف المصري مكتوب باللغة اليونانية ونصه > : أنا رهينو الكريتي أفسر الأحلام بأمر الآلهة .. > وهكذا كانت > الأحلام > أول سلعة يعلن عنها في التاريخ.

لماذا لا يضحك الشخص عندما يقوم بدغدغة نفسه؟ !

من المعروف ان لكل فعل رد فعل ، أي أنه عندما يقوم شخص ما بدغدغتك يكون رد فعلك هو الضحك، ولكن لماذا لا يحدث ذلك إذا قمت أنت بدغدغة نفسك؟

ان الإجابة تتواجد في المنطقة الخلفية بالمخ والتي تسمى "cerebellum"و تختص بمراقبة الحركة.

وأن الدراسات ألتي أجريت في جامعة لندن أثبتت أن هذه المنطقة يمكنها التنبأ بالإحساس عندما تسببه حركة الجسم نفسه، ولكنها غير قادرة على التنبأ بهذا الإحساس إذا صدر عن مصدر خارجي .

الشخص عندما يقوم بدغدغة نفسه فأن المخ يتنبأ بهذا الإحساس ، هذا التنبأ يلغى رد فعل المناطق المخية الأخرى لهذه الحركة.

الإنسان لا يضحك وحيدا

وللتعرف اكثر على تلك العملية أوضحت سارة أن هناك منطقتين بالمخ تختص بعملية الإحساس بالدغدغة، وقد وجد أن هاتين المنطقتين تكونا

أقل نشاط إذا دغدغ الشخص نفسه وعلى العكس تنشط بشكل ملحوظ إذا دغدغ الشخص من قبل شخص أخر.

وأضافت أن دراسات أخرى استخدم فيها الربوت الآلي أظهرت أن وجود تأخر بين حركة الدغدغة وظهور رد الفعل قد يؤدى إلي الشعور بالدغدغة ، وكلما زاد التأخر كان الشعور بالدغدغة أقوى.

وأخير نقول لك عزيزي القارئ أن الدغدغة كالضحك تعبر عن نشاط اجتماعي، فالإنسان لا يضحك وحيداً ,ولا يدغدغ نفسه، وإذا فعل فلن يضحك، ومثل الفكاهة التي يُضحك فيها الإنسان عندما يدغدغه شخص آخر، ولا يضحك عندما يدغدغ نفسه، فهو يفتقد عنصري المفاجأة والتفاعل الاجتماعي، فالدغدغة نشاط اجتماعي يشبه اللعب يعتمد على المفاجأة والتنبيه الحسّي .

الدغدغة قد تفقد الإنســان توازنـــه

وقد قال العلماء عن الدغدغة أنها إحدى خواص الجسم البشري التي مازال يحيط بها الكثير من الغموض ... و قد شغفت ظاهرة الدغدغة الناس على مر العصور.

و ميكانيكياتها معروفة : فحينما تداعب أطراف الأعصاب ، ترسل إشارة بهذا للمخ الذي يحولها إلى انقباضات عصبية عضلية هي القهقهة الحرة المتفجرة غير الإرادية ، التي يصعب التحكم فيها ... و قد اكشف علماء جامعة سان دييجو بأمريكا أن الضحك يبدأ بعد بدء الدغدغة بسبع ثوان ، و يستمر لمدة ٥٠ ثانية ثم يقل ، إذا لم تستمر الدغدغة و تزيد.

و يختلف ضحك الدغدغة ، والذى يعتبر انعكاس عصبي ، عن الضحك الفكاهة مثلا ، و هو عقلاني.

ولا تعجب عزيزي القارئ إذا عرفت ان الدغدغة قد تفقد الانسان توازنه و تحكمه في جسده.

فعلى سبيل المثال يمارس الاطفال ، مثلا لعبة (حرب الدغدغة) حيث الهدف ليس إثارة ضحك المنافس , بل دفعه لفقد السيطرة على جسده ... و قد استخدمت الدغدغة في الماضي (في المانيا القرن السابع عشر مثلاً) كسلاح للتعذيب و أحيانا للإعدام ، بإماتة الشخص من شدة الضحك.

أطول الحروب في تاريخ البشرية حرب المائة عام بين فرنسا و انجلترا .

أول إمرأة تحلت بالقرط هي السيدة هاجر زوجة سيدنا إبراهيم عليه السلام .

أقدم سلالة حاكمة في العالم هي الحاكمة في اليابان ويعتبر ترتيب الملك الحالي " أكيهيتو " الـ ٢٥ في السلالة الحاكمة .

أطول جسر معلق في العالم يوجد بانجلترا و يبلغ طوله ١٤١٠ متر ، ويقع فوق نهر همبر .

أكبر أسطول بحري مدني موجود في اليابان .

أول من نقل " شجرة الزيتون " إلى المغرب العربي هم الفينيقيون .

أول من عرف أن سرعة الضوء أكبر من سرعة الصوت هو العالم المسلم

البيروني .

أول إستعمال للمحرك البخاري كان لضخ المياه من المناجم .

أول ملك مسلم رسمت له لوحة زيتية في حياته هو عباس شاه .

أقدم قصر في العالم يوجد في اليمن ، وهو قصر"غمدان" وتبلغ مساحته ٠٠ام

أول من وضع قاموس للإنكليزية وهو الدكتور صموئيل جونسون .

أقدم كهف حضاري في العالم يوجد في فرنسا بمحافظة " دوردونيه " و يعود عهده لحقبة ما قبل التاريخ ، و يسمى " لاسكو ."

أول بلد عربي عرف الطباعة لبنان .

أن أعدى أعداء الإنسان هي الحية

اول من رأى الشيب هو النبي ابراهيم عليه السلام فسأل ربه ماهذا فقال له: انه الوقار فقال ابراهيم عليه السلام: اللهم زدنى وقارا

يعتبر البوتاسيوم من العناصر الهامة جدا لصحة الجسم حيث انه يعمل مع الملح من اجل المحافظة على السوائل في الجسم .

و الى جانب ذلك فان البوتاسيوم يعمل على تنظيم كل من ضغط الدم و

نبضات القلب و الاعصاب ، فمثلا يمكن تقليل ضغط الدم المرتفع عن طريق الاعتماد على نظام غذائي يشتمل على كمية قليلة من الاملاح مع نسبة كبيرة من البوتاسيوم .

لذا يوصي الاطباء بالاكثار من تناول الاطعمة الغنية بالبوتاسيوم كالموز ، و البطاطا ، و البقوليات ، و المكسرات بهدف توفير حاجة الجسم منه.

هل تعلم ... ؟؟

*1سميت الدوحة بهذا الاسم لأنها بنيت عل خليج من البحر منداح كالدائرة.

* 2أيام الأسبوع لم تكن سبعة أيام كما هو معروف الآن فقد كان الأسبوع يساوي عشرة أيام عند قدماء المصريين والفرنسيين ، وكان ثمانية أيام لدى الرومان ، وأخيرا كان أربعة أيام لدى بعض الأمم.

---

* 3أول المسلمات : خديجة بنت خويلد أم المؤمنين زوج رسول الله (ص) لم يسلم قبلها رجل ولا امرأة.

---

* 4أول من استشهد في الإسلام : سمية بنت خياط أم عمار بن ياسر لم يستشهد قبلها رجل ولا امرأة.

* 5أول الممرضات في الإسلام: رفيدة بنت سعد الاسلمية من الأنصار من الخزرج وقد أقامت خيمة إلى جانب مسجد الرسول تمرض فيها من يمرض أو يصاب من المسلمين ، وفي غزوة الخندق أقامت أول مستشفى ميداني عندما نصبت خيمتها هناك لتداوي جرحى المسلمين.

---

* 6أول من ولدت للمسلمين في المدينة المنورة بعد الهجرة : أسماء بنت أبي بكر، فقد ولدت عبدا لله بن الزبير ابن العوام بعد أن أشاع اليهود بأنهم سحروا المسلمين فلا يلد لهم ولد ، فكان ميلاده سبب فرحة المسلمين.

* 7سمي البحر الميت بهذا الاسم لانعدام الحياة فيه لشدة ملوحته ، وله اسم آخر وهو بحر لوط وسمي أيضا بذلك لان سيدنا لوط عليه السلام وقومه كانوا يسكنون هذه المنطقة.

---

* 8هل تعلم أن الجسم البشري يتكون من ٢٠٦ قطعة عظم .

---

* 9هل تعلم أن الزرافة لطول رقبتها فهي لا تنام في اليوم الواحد إلا تسع دقائق و ليست على مرة واحدة إنما على ثلاث مراحل كل مرة ثلاث دقائق.

* 10هل تعلم أن: بعض أسماء القران الكريم هي: القرآن، المصحف، الفرقان، الكتاب، الذكر؟

---

* 11أن الأطفال البدينين في سن المدرسة يأكلون أقل من أقرانهم النحيلين.

---

* 12أن سكان العالم يزدادون بمعدل مليون ونصف المليون كل أسبوع

---

* 13أن النمل العامل والنشيط هو من الإناث . أن البومة لاترى في الظلام الدامس.

* 14أن نمو ظفر إصبعك الوسطى هو أسرع بينما نمو ظفر إبهامك هو الأبطأ.

---

* 15أن الحيوان الوحيد الذي يستطيع أن يخرج معدته إلى الخارج هو نجم البحر.

---

* 16أن ملكة النحل تغادر الخلية فقط من أجل قيادة جماعات النحل ومن ثم الذهاب إلى رحلة الزفاف.

---

* 17أننا نموت بشكل أسرع من قلة النوم عن قلة الطعام

---

* 18أن هنالك نوعا من الأسماك يدعى بالسمك الصدفي بإمكانه ابتلاع

إنسان كامل

---

* 19أن ضغط الماء داخل كل خلية في البصلة كاف لتشغيل محرك بخاري.

---

* 20أن الإنسان هو الحيوان الوحيد الذي ينام على ظهره.

---

* 21أن الأفعى تسمع الأصوات عن طريق التقاط ذبذبات موجات الصوت بلسانها.

* 22\هل تعلم أن: عدد سور القرآن هي ١١٤ سورة؟

---

* 23هل تعلم أن: عدد الآيات ٦٣٤٨ وهذا العدد يتكون من الآيات كلها بما فيها البسملة لأن البسملة تعتبر آية من آيات القرآن الكريم؟

---

* 24هل تعلم أن: عدد البسملات في القرآن ١١٣ في بداية كل سورة ما عدا سورة براءة، ويكتمل عدد البسملات في القرآن الكريم ليطابق عدد السور في سورة النمل حيث الآية))" :إِنَّهُ مِن سُلَيْمَانَ وَإِنَّهُ بِسْمِ اللّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ))؟

* 25هل تعلم أن: سورة التوبة لا تبدأ ببسم الله الرحمن الرحيم؟

---

* 26هل تعلم أن: سورة النمل تحتوي على بسملتين؟

---

* 27هل تعلم أن: سورة الفاتحة تسمى بـ:"أم الكتاب" و "وأم القرآن" و"السبع المثاني."؟

---

* 28هل تعلم أنه: يحرم مس كتابة القرآن الكريم إذا لم يكن الشخص على طهارة (كالوضوء، والغسل)؟

---

* 29أن مسامير الحديد لا تصلح في تثبيت خشب البلوط وذلك بسبب المادة الكيماوية الموجودة في الخشب والتي تتسبب في صدأ المسامير.

* 30أن كلمة "لماذا" في الإنجليزية ليست فقط أداة استفهام بل هي اسم لنوع من أنواع البقر

ـ هل تعلم أن الجسم البشري يتكون من ٢٠٦ قطعة عظم .

ـ هل تعلم أن الزرافة لطول رقبتها فهي لا تنام في اليوم الواحد إلا تسع دقائق و ليست على مرة واحدة إنما على ثلاث مراحل كل مرة ثلاث دقائق .

ـ هل تعلم أن شرايين الجسم البشري يبلغ طولها ٦٠٠٠٠ كم .

ـ هل تعلم أن اقدم جسر في العالم يعود تاريخه إلى ٨٥٠ ق م و يقع في تركيا و هو عبارة عن جسر حجري فوق نهر مليس في تركيا

ـ هل تعلم أن مطار بروتدام بهولندا يقع في منطقة تنخفض عن مستوى سطح البحر بمقدار ٤,٥ متر

ـ هل تعلم أن أقرب نجم إلى الأرض هي الشمس و تبعد حوالي ٩٣

مليون ميل .

ـ هل تعلم أن مخترع الآلة الحاسبة هو بليز باسكال الفرنسي سنة ١٧٨٥ م

ـ هل تعلم أن أطول الأنهار في العالم هو نهر النيل و طوله ٤٠١٥٧ ميلا يليه نهر الأمزون فنهر المسيسبي

ـ هل تعلم أن أكبر محيطات العالم هو المحيط الهادي و مساحته ٦٤ مليون ميلاً و أكبر عمق فيه ٣٦٢٠١ قدما

معلومات عامة عن القرآن الكريم والسور والآيات

1. هل تعلم أن: بعض أسماء القران الكريم هي: القرآن، المصحف، الفرقان، الكتاب، الذكر؟
2. هل تعلم أن: عدد سور القرآن هي ١١٤ سورة؟
3. هل تعلم أن: عدد الآيات ٦٣٤٨ وهذا العدد يتكون من الآيات كلها بما فيها البسملة لأن البسملة تعتبر آية من آيات القرآن الكريم؟
4. هل تعلم أن: عدد البسملات في القرآن ١١٣ في بداية كل سورة ما عدا سورة براءة، ويكتمل عدد البسملات في القرآن الكريم ليطابق عدد السور في سورة النمل حيث الآية: "((إِنَّهُ مِن سُلَيْمَانَ وَإِنَّهُ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ))؟
5. هل تعلم أن: سورة التوبة لا تبدأ ببسم الله الرحمن الرحيم؟
6. هل تعلم أن: سورة النمل تحتوي على بسملتين؟
7. هل تعلم أن: عدد السور المكية ٨٦ سورة؟
8. هل تعلم أن: عدد السور المدنية ٢٨ سورة؟
9. هل تعلم أن: السور التي يطلق عليها الطواسين هي ثلاث سور

وهي: سورة الشعراء، وسورة النمل، وسورة القصص. وأطلق هذا الإسم عليهم لأن السورتين الشعراء والقصص تبتدئان بالحروف ((طسم))، والنمل تبدأ بالحروف ((طس))، فلوجود هذه الحرفان الطاء والسين سميت بهذا الإسم.١؟

10. هل تعلم أن: سورة الفاتحة تسمى بـ:"أم الكتاب" و "وأم القرآن" و"السبع المثاني."٢؟

11. هل تعلم أن: أطول سورة في القرآن الكريم هي سورة البقرة، وأقصر سورة هي سورة الكوثر؟

12. هل تعلم أن :أقسام السور هي: السبع الطوال، المئون، المثاني، المفصل٣؟

13. هل تعلم أن: إحدى تأويلات الحروف المقطعة كـ: "ألم" و"حم" و"طسم" هي أن القرآن يؤشر إلى أن العرب لن تستطيع أن تؤلف مثل القرآن الكريم مع أن القرآن يستخدم نفس الحروف التي يستخدمها العرب٤؟

14. هل تعلم أن: يجب عليك السجود عند قراءتك أو سماعك لإحدى الآيات التالية: آية ١٥ من سورة السجدة وآية ٣٧ من سورة فصلت وآية ٦٢ من سورة النجم وآية 19 من سورة العلق؟

15. هل تعلم أن: قراءة سورة الإخلاص (قل هو الله أحد)...ثلاث مرات تعدل ختم القرآن٥؟

16. هل تعلم أن: من قرأ سورة النساء في كل جمعة أمن ضغطة القبر٦؟

17. هل تعلم أن: أن البيت الذي يقرأ فيه القرآن يضيء لأهل السماء كما تضيء نجوم السماء لأهل الدنيا٧؟

18. هل تعلم أن: الرسول (صلى الله عليه وآله وسلم) تنبأ بزمان لا يعرف الناس فيه القرآن إلا بالصوت الحسن٨؟

19. هل تعلم أن: الرسول (صلى الله عليه وآله وسلم) قاتل الناس على تنزيل القرآن، والإمام علي (عليه السلام) قاتل على تأويله٩؟

20. هل تعلم أن: القرآن نزل تبيانا لكل شيء: ((وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تِبْيَانًا لِّكُلِّ شَيْءٍ))؟ ومن الجميل أن تبيانه لكل شيء يشمل تبيانه لنفسه١٠ .

21. هل تعلم أن: القرآن هو الثقل الأكبر وأهل البيت هم الثقل الأصغر، وأننا مأمورون بالتمسك بهما، وسوف نُسأل عنهما يوم القيامة١١؟

22. هل تعلم أن: من جمال لغة القرآن قال فيه ألد أعدائه - الوليد بن المغيرة - عندما أراد هو ونفر من قريش أن يطيحوا بالرسول بأن يقولوا أنه مجنون أو شاعر: "والله إن لقوله حلاوة، وإن عليه لطلاوة، وإن أعلاه لمثمر، وإن أسفله لمغدق، وإنه ليعلوا وما يعلى عليه، وما أنتم بقائلين من قولكم ذلك شيئاً إلا عرف أنه باطل، وإن أقرب القول فيه لأن تقولوا: ساحر جاء بقول هو سحر، ويفرق بين المرء وابنه، وبين المرء وعشيرته."١٢؟

23. هل تعلم أن: المسلمين كانوا لا يعلمون انقضاء السورة حتى تنزل آية ((بسم الله الرحمن الرحيم))١؟

24. هل تعلم أنه: يحرم لمس كتابة القرآن الكريم إذا لم يكن الشخص على طهارة (كالوضوء، والغسل)٢؟

25. هل تعلم أن: جبرائيل كان يعرض القرآن على رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) مرة كل عام، وعرضه عليه مرتان في عامه الأخير٣؟

26. هل تعلم أن :القرآن سيأتي على صورة إنسان يوم القيامة ويدافع عمن تلاه وأكرمه٤؟

27. هل تعلم أن: من سمع القرآن كتب الله له بكل حرف حسنة٥؟

28. هل تعلم أن: قراءة القرآن تزيد في الحفظ٦؟

29. هل تعلم أن: القرآن نزل على رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) دفعة واحدة في شهر رمضان، وإن أتى تفصيله على مدى الـ: ٢٣ سنة التي بلغ الرسالة فيها٧؟

30. هل تعلم أنه: بالإضافة إلى أن النبي عيسى مثل آدم عند الله كما في الآية: ((إن مثل عيسى عند الله كمثل آدم خلقه من تراب ثم قال له كن فيكون ((هما مثل بعضها في عدد الذكر في القرآن أيضا (ذكرا في القرآن ٢٥ مرة كلاهما)٨؟

31. هل تعلم أن: الكلمة "معك" وردت في القرآن ١١ مرة، وهذا هو نفسه عدد المرات التي وردت فيها كلمة "معي"٩.

-ان النمل يتعرف على بعضه البعض بواسطة الرائحة.....

-أن جسم الإنسان البالغ مكون من ٢١٦ عظمة تشكل 14% من وزن الجسم . وأطول وأقوي عظمة هي عظمة الفخذ وأصغر عظمة هي عظمة الركاب وهي إحدي ثلاث عظمات محفونة بالأذن الوسطي.

صورة هيكل عظمي- أن العناكب تستطيع رفع أوزان تبلغ ٥٠ ضعفا وزنها الاصلي.

_هل تعلم ان الكرة الأرضية مسطحة قليلا عند القطبين.

-أن الصفر المطلق (-٢٧٣درجة مئوية) هو أقل درجة حرارة تحت الصفرحيث فيها تنعدم طاقة المادة.

-تم تسجيل ٩٢ حالة موثقة لضياع قنابل نووية في البحار

-في ٥ أكتوبر عام ١٩٦٠م أخطأ جهاز حاسوب لدى قيادة دفاع المجال الجوي لشمال امريكا (نوردا)، عندما اطلق نظام الانذار المبكر انذارا لهجوم نووي سوفيتي شامل على الولايات المتحدة. كان الحاسوب قد اسقط صفرين من قراءة الرادار، فتحول انعكاس القمر الواقع على بعد ٤٠٠،٠٠٠ كم الى هجوم صاروخي على ارتفاع ٤٠٠٠كم.

-في ٣ يونيو عام ١٩٨٠، رصدت اجهزة الحاسوب الامريكية هجوم صاروخي سوفيتي شامل، و على الفور وضعت ١٠٠ قاذفة بي-٥٢ محملة بالقنابل النووية على أهبة الاستعداد. و تبين أن الحاسوب كان قد أخطأ، بعد ثلاث ايام رصد الحاسوب نفس الهجوم، و وضعت القاذفات مرة أخرى قيد التأهب ليتبين في النهاية ان احدى المعالجات في الحاسوب كانت معطلة.

-أن إضافة جزء واحد من الزيت إلى مليون جزء من الماء يمكن أن يجعل للماء رائحة وطعما غريبين وأن غالونا واحدا من النفط يمكن أن يلوث ٧٥٠ ألف غالون من الماء.

-أن ٦٠ ملجم من مادة النيكوتين قادرة على قتل إنسان بالغ لو أعطيت له دفعة واحدة عن طريق حقنها في الوريد.

-ان الرغيف الابيض والارز الابيض اقل بكثير في القيمة الغذائية من الرغيف الاسمر والارز غير المضروب.

-ان الرغيف الأسمر يحوي على الفايبر المفيد للأمعاء بعكس الخبز الأبيض.

-ان الجرادة تمتلك تسع مائة عضلة مستقلة تقريباً أي بزيادة مائتي عضلة عن الانسان

-أن الأنسان يملك اقل من سبعمائة عضلة ولبعض الديدان اكثر من اربعة الاف عضلة مستقلة.

-أن كوكب الزهرة هو الكوكب الوحيد الذي يدور مع حركة عقارب الساعة.

-أن التفاح وليس الكافين هو المنبه الاقوى لمساعدة الانسان على الشعور بالنشاط والحيوية في الصباح.

-أن ٢٥ % الى ٣٠ % من سكان العالم يعطسون ليس من تعرضهم للغبار بل يعطسون عندما يتعرضون فجأة للضوء.

-أن المجرة تضم حوالي ١٠٠ ألف مليون نجم وعدد المجرات يربو علي ١٠٠ألف مجرة نراها بالتلسكوبات العملاقة وما خفي منها عنا كان أكثر. ومجرتنا إتساعها ١٠٠ ألف سنة ضوئية .ولاّن لا يمكن رؤية شكل أو حجم النجوم والتي تبدو لنا كنقاط مضيئة . وما يميزها هو ضوؤها.

العادة تندفع إلى ثقب أسود

-أن كلمة الذرة باللاتينية (Atom) معناها الغير قابل للإنقسام . هكذا كان يعتقد حتي أكتشف الإلكترون السالب الشحنة حول النواة بقلب الذرة والتي تتكون من بروتونات موجبة الشحنة ونيوترونات متعادلة الشحنة . وتصنع البروتونات والنيوترونات من الكواركات وهي أصغر من موجات الضوء المرئي. وكلها جسيمات أولية .والإلكترونات تدور حول النواة في مدارات ولو تخطي إلكترون مداره لمدار قرب النواة أطلق طاقة علي هيئة فوتونات ضوء. ana ayoub .

-أن النجم يتكون من غاز الهيدروجين الذي يتحول بفعل حرارة النجم إلي غاز الهيليوم . وهذا التحول يشبه الإنفجار الغازي مما يزيد من ضغط الغازات محدثا توازنا بين الجاذبية والضغط الغازي بالنجم . وهذا التوازن يحدث عدم إنكماشه . وعندما ينفد وقوده فإنه يفقد هذا التوازن ويبرد وينكمش ليصبح قطره محدودا وليستقر في النهاية كنجم أبيض قزم وتزيد كثافته لتصبح مئات الأطنان لكل بوصة مكعبة.

-أن النجوم الكبيرة تحتاج إلي سخونة عالية لتعادل شدة الجاذبية بها . فتحرق وقودها من غاز الهيدروجين بالإندماج النووي وبسرعة . فتستنفد وقودها سريعا وبسرعة أكبر من النجوم الصغيرة . وناتج الإندماج النووي

هو الهيليوم الذي يتحول إلي عناصر أثقل كالكربون والأكسجين . فتصبح كثافة قلب النجم أثقل كما يحدث في النجوم النيوترونية والثقوب السوداء.

-أن المستعر الأعظم هو المناطق الخارجية من النجم والأقل كثافة .فيحدث بها إنفجار هائل. فيصبح أكثر تألقا في مجرته عن بقية النجوم بها . ويلقي المستعر بعناصره الثقيلة والغازات في المجرات لتكون نجوما جديدة يطلق عليها الجيل الثاني أو الثالث التي تكون في النزع الأخير من النجم المستعر .لهذا يطلق علي المستعرات العظمي المطابخ الكونية .وتعتبر المستعرات العظمي مفتاح الكون متمثلا في موت النجوم وهو من أكبر غوامضه

مواقع الكواكب حول الشمس.

-أن الشمس قد تكونت منذ خمسة آلاف مليون سنة من غازات وعناصر المستعرات الأقدم بالمجرة .وقد تشكلت من حولها الكواكب بما فيها الأرض من عناصرها الثقيلة لتدور حولها حتي الآن .. رغم أنها تظهر كيف نشأت مادة الحياة فيه.

-أن المذنبات بقايا تكوين النظام الشمسي وقد حملت في طياتها الغازات والماء. وهذه المخلفات أظهرت الجو المحيط والمحيطات مما جعل كوكبنا مؤهلا للسكني ونشوء الحياة فوقه منذ ٤بليون سنة.

-أن الحضارة المصرية القديمة ظهرت بشمال شرق أفريقيا منذ ٥ آلاف سنة . و مع الزمن ظهرت وأفلت ثقافات ودول مختلفة بالقارة. ومنذ ٥٠٠ سنة كانت توجد مدن مزدهرة وأسواق عامرة ومراكز ناهضة للتعليم

ومنتشرة بها . حتي أتي المستعمرون الأوربيون كتجارللعبيد وافدين. وكانوا يرسلونهم بالملايين قسرا لتعمير المستعمرات بالكاريبي و شمال وجنوب أمريكا.

-أن كوكب بلوتو Pluto أبعد الكواكب من الشمس لدرجة لاتري من فوقه.له قمر شارون وحجمه كحجم بلوتو تقريبا .وهو قمره الوحيد . وكان الرومان يعتقدون أن الإله بلوتو هو إله العالم السفلي . ولو كنت إفتراضا فوق بلوتو ووزنك فوق الأرض ٧٠ كيلوجرام فسيصبح وزنك ٤كيلوجرام . وبلوتوحجمه أصغر من أحجام سبعة أقمار في المجموعة الشمسية. ومن شدة صغره كثير من علماء الفلك لايعتبرونه من الكواكب بل البعض حاولوا إعتباره مذنبا . وبلوتو الكوكب الوحيد الذي لم تزره مركبة فضائية لبعده . لهذا المعلومات عنه ضبابية وقليلة نسبيا . ولا توجد له صور واضحة المعالم كبقية الكواكب . ولا سبيل أمام العلماء سوي التخمينات حوه وتخيله أو تصويره عن بعد . ومتوسط درجة حرارته –٢٣٤ درجة مئوية . وجوه مكون من الميثان والنيتروجين.

-أن أقدم كتاب في الرياضيات كتبه على ورق البردى كاتب اسمه أحمس (ويسمى قرطاس أحمس أو بردية رايند) كُتب منذ أكثر من ٣٥ قرنا - وهو الآن في المتحف البريطاني - وليس أحمس هو الذي ألف الكتاب بل نسخه من كتاب آخر أُلف في عهد الملك أمنمحات الثلث حوالي عام ٢٢٠٠ ق.م أ. منذ حوالى ٤٠٠٠ سنة.

-أن الساعة الفلكية. Astronomical watch أخترعها قدماء

المصر يين عام ٢٥٠٠ ق.م. وكانت تقسم فيها الفترة بين الغسق والفجر الي ١٢ساعة بالليل . واليوم كان مقسما ٢٤ساعة والساعة ٦٠ دقيقة . لهذا استخدم قدماء المصر يين المزولة لقياس طول النهار بالساعات بدلا من استخدامهم خيطا بسيطا أو الساعة المائية.

-أن الإغريق كانوا يطلقون علي الشمس هليوس. helios والرومان كانوا يطلقون عليها سول . sol وكان بداية تكوين المنظومة الشمسية solar systemمنذ ٤,٦ بليون سنة كسحابة غازية دوارة . ومع الوقت بردت السحابة وتجمعت معا لتكون أجساما كبيرة مكونة الكواكب الأولية وما تبقي من مواد تكونت المذنبات والأجسام الفضائية التي تتجول في صمت بين المجموعة الشمسية. وبالصدفة بعد ١٠٠ مليون سنة سخنت كرة الغاز وسط السحابة بشدة وانفجرت إنفجارا نوويا شديدا لتتولدالشمس كنجم أشبه بأي نجم له سيرة حياة نهايتها الموت

-أن الأقدمين لاحظوا حركات الكواكب التي كانت تري من فوق كوكب الأرض بالليل . وهذه الكواكب بخلاف الشمس وغيرها من النجوم لاينبعث منها الضوء مباشرة لأنها تسطع حيث تعكس كالمرايا ضوء الشمس

-أن تعتبر الشمس تعتبر نجما في مركز المجموعة الشمسية يدور حولها كل الكواكب. وسطح هذه الكرة النارية المتوهجة علي الدوام درجة حرارتها ٥٥٠٠درجة مئوية وقلبها يصل درجة حرارته ١٥،٦مليون درجة مئوية. والشمس حجمها كبير أكبر من حجم الأرض لدرجة يمكنها أن تستوعب أكثر من مليون أرض بداخلها. وهي تدور حول نفسها دورانا

مغزليا حول محور مركزي كما يحدث في الكواكب من حولها . لكن هذا الدوران ليس بالسهولة أو الإنسيابية التي تدور بها الأرض حول نفسها. وتقع أنشطة البقع الشمسية فوق الشمس عندما تتقاطع غازاتها معا أثناء دورانها معها.

-أن الشمس دورانها ليس دورانا إنسيابيا كدوران الأرض .لأن الشمس ليست كتلة صلبة . لهذا غازات القطبين الشمسين تدور بسرعات متفاوتة بالنسبة للغازات حول خط الإستواء. مما يجعل الحقول المغناطيسية بهما تنحرف، وهذا يسبب إنحرافات مغناطيسية تظهر كبقع شمسية داكنة فوق سطح الشمس . وهذا التعقيد في الحقل المغناطيسي شديد بدرجة تجعله ينكمش ويجعل القطبين الشمالي والجنوبي يتبادلان مكانيهما . وتتكرر هذه العملية بصفة مستمرة . ويطلق عليها دورة الشمس Solar cycle.والدورة الكاملة تستغرق ٢٢سنة.

-أن السفر للشمس مستحيل مهما كانت شدة تحمل المركبات للحرارة العالية . وعدم إستطاعة الوصول إليها ليس بسبب شدة الحرارة فقط ولكن الرياح الشمسية حولها شديدة جدا لدرجة تغير من مسار أي مركبة تقترب من الشمس لشدة هذه الرياح. والشمس لشدة جاذبيتها جعلت الكواكب في مكانها تدور حول مركز الشمس.

—أن الشمس النجم الوحيد في مجموعتنا الشمسية ويدور حولها ٩ كواكب حيث يدور حولها أكثر من ١٠٠ قمر و عدد لاحصر له من الأجسام الصغيرة كالكويبات والمذنبات . وتوجد جميعها في الوسط بين الكواكب الذي

نطلق عليه تجاوزا الفضاء مكونة المنظومة الشمسية.

-أن الفيل يموت إذا دخلت في أذنه نملة.

-أن الحصان يموت إذا قطع ذيله أو إذا تسرّب إلى أذنه ماء.

-أن سعة خزانات الوقود في طائرة (البوينغ)747 تتسع لأكثر من ٢٢٧ ألف لتر من الوقود.

-أن شبكية العين تحوي على نحو 135 مليون خلية حسية مسؤولة عن التقاط وتمييز الألوان. - أن إناث النمل هي الكائنات النشيطة والعاملة في المستعمرة.

-أن البومة لا تحرك عينيها ولتعويض ذلك النقص فأنها تستطيع تحريك رأسها في كل الاتجاهات، حيث تستطيع أن ترسم بحركتها دائرة كاملة من غير أن تحرك جسمها.

-أن سنام الجمل يختزن كمية كبيرة من المواد الدهنية تعتبر غذائه في حالة الطوارئ إذا أحتاج إلى غذاء.

-أول بئر نفط حفر في العالم كان في عام ١٨٥٩م في ولاية بنسفانيا في الولايات المتحدة الأمريكية.

-يوجد في مخ الأنسان ١٢ مليون خلية تسيطر على العضلات والأعصاب وأجهزة الجسم المختلفة.

-التمساح يحرك فكه العلوي فقط عند الأكل خلاف بقية الحيوانات فأنها تحرك فكها السفلي.

-الخضر والفواكه تحد من خطر الإصابة بالنوبات القلبية والسرطان وخصوصا سرطان القولون.

!!!هل تعلم

البصل الحلو، كان الفاكهة المفضلة عند قدماء الرومان

الزيت والماء يمكن أن يختلطا..اذا وضعت قطعة من الصابون معهما

أن عنق الزرافة يحتوي على عدد من الفقرات يساوي العدد الموجود في عنق الانسان

أن مجموع ماتضعه أنثى الذباب من بيض طوال حياتها أكثر من ٥٠٠ بيضة

أن ألف سمكة من سمك الفانوس تزن كيلوجراماً واحداً

أن ارتفاع نسبة الملوحة في البحار يستطيع الانسان العوم بدون خشية ان يغرق

أن التمر يزيل الامساك، بينما البلح غيرالناضج يوقف الاسهال

أن نحلة العسل..اذا لسعتك تموت هي على الفور

أن أول الأصوات التي يستطيع الطفل تمييزها، هو صوت الأم

أن مقدرة الحصان والهر والأرنب على السمع..أكبر من مقدرة الانسان،

وهي تستطيع تحريك آذانها لالتقاط أضعف الأصوات

الحصان اذا ُقطع ذيله..مات

العقرب اذا أُحيط بالنار يلسع نفسه،ويموت

الأفيال تبكي عندما تكون حزينة

الفيل يموت..اذا دخلت في أذنه نملة

الطفل لا يمكنه البكاء حقيقة قبل مرور خمسة أسابيع على الأقل بعد الولادة . . إذ تبدأ حينئذٍ فقط القنوات الدمعية في عملها

أن المخ البشرى يتكون من أثنى عشر مليون خلية تسيطر على العضلات والأعصاب وأجهزة الجسم المختلفة

أول بئر نفطية حُفرت في العالم كانت في ولاية بنسلفانيا الأمريكية عام ١٨٥٩

أن أطول الحروب في العالم هي حرب المائة عام بين فرنسا وبريطانيا، عام ١٣٣٨م، واستمرت حتى عام ١٤٥٣، أي دامت ١١٥ عاماً

أن أول حديقة حيوان انشئت في العالم . . كانت في باريس عام ١٧٩٣م

تحتوي طبقة الأيونسفير وهي الطبقة العليا في الغلاف الجوي على جسيمات ذرية مشحونة لها أهمية بالغة في الاتصالات، وانتقال موجات الراديو

أن أكبر بيضة في العالم الآن هي بيضة النعامة، وزنها ٢ كيلوجرام تقريباً، وُسمك قشرتها فيبلغ ٥ر١ ميليمتر تقريباً، ويمكن لشخص وزنه ٩٨ ر١٢٦ كيلوجرام أن يقف عليها دون أن تتحطم

البعوضة . . لها أسنان، وعدد أسنانها ٤٧ سنة وللأرنب . . ٢٨ سناً في فمه،وللفيل ٣٢، وللجمل ٣٤ وللكلب٤٢

تتجدد رموش عين الانسان باستمرار، ويبلغ متوسط عمر الرمش الواحد حوالي ١٥٠ يوما

ان كل الكائنات تحرك فكها السفلي عند الأكل، عدا التمساح، الذي يحرك فكه العلوي

أن قلب الذبابة يخفق ١٠٠٠ مرة في الدقيقة الواحدة

أن اكبر مجموعة جزر في العالم يبلغ طولها ٦٠٠٥ كيلومتر

أن أكبر صحراء في العالم هي الصحراء الكبرى في شمال أفريقيا

أن أضخم أنواع العناكب تعيش في البرازيل، ويصل وزنها إلى ٨٥ جراماً

أن أثقل حيوان في العالم هو الحوت الأزرق

أغلب الأسماك التي في أعماق عميقة جداً . . عمياء

الفرس يستطيع أن يظل شهراً كاملاً واقفاً على أقدامه

أن أكثر الحيوانات حدة في السمع هي الذئاب والحمير

أن ٤٠% من كلمات اللغة المالطية . . عربية الأصل

أن أول من عرف القمح، هم المصريون القدماء، عام 5400 قبل الميلاد

أن الحبر المستخدم في ختم اللحوم، يصنع من قشور العنب الأسود

أن أول مدينة زودت بشبكة هاتفية . . هي باريس عام ١٨٨٠م

أن أول صورة فوتوغرافية في العالم تم إلتقاطها، كانت في فرنسا عام 1826م